€ 4
AGOSTO
2018

LA CUCINA ITALIANA

DAL 1929 IL MENSILE DI GASTRONOMIA CON LA CUCINA IN REDAZIONE

LA TORTA PIÙ FRESCA!

MORBIDA, DELIZIOSA... E FACILE!

Crostata di bosco
p. 60

MANGIARE IN SPIAGGIA A FORTE DEI MARMI

RICETTE ECCELLENTI SENZA FARE LA SPESA

I RACCONTI (DI CIBO) DEI GRANDI SCRITTORI

I MIGLIORI GELATAI D'ITALIA

ISSN 1121-1504
80008
9 771121 150004
IN EDICOLA DAL 20.07.18

P.I. SPA SPED. IN A.P. - AUT. MBPA/LO-NO/062/A.P./2018 - ART.1 COMMA 1 - LO/MI - AUSTRIA € 9,50 - BELGIO € 9,00 - FRANCIA € 7,90 - GERMANIA € 11,50 - LUX € 8,00 - SPAGNA € 7,50 - SVEZIA SEK 99,00 - CANTON TICINO CHF 11,40 - SVIZZERA CHF 12,00 - U.K. GBP 8,25

I sentieri alternativi

Mi ricordo quando da piccola andavo in vacanza con i nonni aspettando che i miei genitori fossero liberi dal lavoro. Erano estati in luoghi con tanti ombrelloni e una bella spiaggia, tanti bomboloni e ghiaccioli. Sembra un secolo fa, ma ricordo la voce dall'altoparlante del nostro bagno che cercava sempre di rintracciare qualche bambino perso a giocare con il calcetto. E ricordo i miei nonni, pazienti, amabili con i miei capricci di bambina, sempre pronti a darmi una merenda buona o a farmi la pasta al sugo come piaceva a me. Lo avrete notato: ogni numero di questo giornale parla di una nonna della nostra Penisola, del suo modo d'inventare un pranzo, delle sue ricette tirate fuori da un cassetto (per una questione generazionale gli uomini sono pochi, ma ben vengano anche loro, sia chiaro). Ci tengo a registrare la memoria di queste persone perché, se viene stampata su delle pagine di carta, m'illudo che resterà per sempre, m'illudo che verrà incisa nel libro delle cose eterne e che non smarriremo la nostra identità. Non si tratta solo di cibo, ma di sentieri alternativi per raccontare la nostra cultura. Mio nonno Giovanni aggiungeva sempre un po' di buccia di limone all'ossobuco (allora la parola zest non si usava), e non ho fatto in tempo a prendere nota di tutti i suoi segreti, ma ho nel cuore i nostri budini al cioccolato e le ciambelle preparate per la merenda. Vi scrivo tutto questo perché vorrei invitarvi, care lettrici e cari lettori, a candidare le vostre nonne e i vostri nonni, cuoche e cuochi di casa ma anche di trattoria (ne è piena l'Italia), per generare questo archivio della nostra buona tavola. In un secondo tempo incoroneremo la (o il) migliore e incontreremo chi nel silenzio della sua cucina ha costruito la storia di questo Paese. Io mi emoziono all'idea, e voi?
P.S. La seconda da sinistra è mia nonna Giulia.

Maddalena Fossati Dondero
mfossati@lacucinaitaliana.it
instagram.com/maddafox

Da sinistra, Celestina Intini, la nonna pugliese di questo numero; Giulia Bulzi (mia nonna materna); Milena Baroni da Montemagno (PI); Donna Imma Pempinello da Napoli.

FOTO GIACOMO BRETZEL, MATTEO CARASSALE

FACEBOOK.COM/LACUCINAITALIANA
INSTAGRAM.COM/LACUCINAITALIANA
TWITTER.COM/CUCINA_ITALIANA

La filosofia che ci guida dal 1929
Ogni piatto nasce dalla nostra cucina in redazione, una cucina di casa proprio come la vostra. Un cuoco lo pensa e lo realizza, e un redattore ne segue tutti i passaggi, per raccontarvi nel dettaglio che cosa dovrete fare per replicarlo. E dopo averlo fotografato lo assaggiamo e verifichiamo che sia all'altezza delle vostre aspettative.

LA CUCINA ITALIANA
DAL 1929 IL MENSILE DI GASTRONOMIA CON LA CUCINA IN REDAZIONE

sommario

IN COPERTINA
Crostata di bosco (pag. 60), ricetta di Joëlle Nëderlants, foto di Riccardo Lettieri.

Il Ricettario

Speciale Spiaggia

La Scuola

Guide

VI ASPETTIAMO IN EDICOLA OGNI MESE

Per scrivere alla redazione:
cucina@lacucinaitaliana.it
oppure La Cucina Italiana,
Piazza Castello 27, 20121 Milano.
Tel. 0285611

SIAMO ANCHE IN DIGITALE

Potete acquistare la copia singola o l'abbonamento in edizione digitale sulla App LA CUCINA ITALIANA disponibile su Apple Store e Google Play.

PER ABBONARSI

www.abbonamenti.it/r10377
oppure chiamate il 199 133 199

(Il costo della telefonata per apparecchi fissi da tutta Italia è di 11,88 centesimi di euro al minuto + iva senza scatto alla risposta. Da cellulare i costi sono legati all'operatore utilizzato).

IL SITO

Scoprite i video e i contenuti aggiuntivi de La Cucina Italiana e cercate la vostra ricetta preferita tra le tantissime che pubblichiamo ogni giorno su
lacucinaitaliana.it

I SOCIAL

Seguiteci su
facebook.com/LaCucinaItaliana
instagram.com/LaCucinaItaliana
twitter.com/Cucina_Italiana

LA CUCINA ITALIANA
LA SCUOLA

Si trova a Milano in via San Nicolao 7 (angolo piazza Cadorna). Non perdetevi i nostri corsi di cucina e di pasticceria, per principianti ed esperti. E scoprite i nostri team building culinari dedicati alle aziende. Vi aspettiamo!
Direttore: Giorgio Garau

scuola.lacucinaitaliana.it

LA CUCINA ITALIANA

QUALITY IS OUR BUSINESS PLAN

Ci accontentiamo semplicemente del meglio e creiamo i migliori prodotti editoriali. Per questo abbiamo La Cucina Italiana, da quasi 90 anni la guida più autorevole nel mondo del gusto e della tradizione italiana, AD, che da oltre 30 anni racconta le più belle case del mondo, e Traveller, viaggi straordinari accompagnati da eccezionali reportage fotografici per viaggiare comodamente dalla poltrona di casa. Tradotto in una parola, Qualità. In due parole, Condé Nast.

N. 08 - Agosto 2018 - **Anno 89°**

Direttore Responsabile
MADDALENA FOSSATI DONDERO

Art Director
BRENDAN ALLTHORPE
Caporedattore
MARIA VITTORIA DALLA CIA
Web Editor
SABINA MONTEVERGINE
Contributing Editor
FIAMMETTA FADDA

Redazione
LAURA FORTI (redattore esperto) - lforti@lacucinaitaliana.it
ANGELA ODONE - aodone@lacucinaitaliana.it
SARA TIENI - stieni@lacucinaitaliana.it
RICCARDO ANGIOLANI (redazione testi web) - rangiolani@condenast.it
Ufficio grafico
RITA ORLANDI (capo ufficio grafico)
FRANCESCA SAMADEN
Photo Editor
ELENA VILLA
Cucina sperimentale
JOËLLE NÉDERLANTS
Styling
BEATRICE PRADA (consultant)
Segreteria di Redazione
VIRGINIA RIZZO - cucina@lacucinaitaliana.it

Cuochi
BRENDAN ALLTHORPE, DANIELA ANTONIOTTI, DAVIDE BROVELLI, CESARE GASPARRI, JOËLLE NÉDERLANTS, GIOVANNI ROTA, GIOVANNI TRAVERSONE
Hanno collaborato
FEDERICO BACCOMO, GIANNI BIONDILLO, CECILIA CARMANA, SARA MAGRO, FILIPPO PETITTO, STUDIO DIWA (REVISIONE TESTI), VALENTINA VERCELLI
Per le immagini
AG. 123RF, AG. GETTY IMAGES, GIACOMO BRETZEL, DAVIDE CALAFÀ, MATTEO CARASSALE, ROBERTO FRANKENBERG, STEFANIA INNOCENZI, RICCARDO LETTIERI, ALESSANDRO NAZZARI, JACOPO SALVI, PAOLA ALLEGRA SARTORIO, MONICA VINELLA

Direttore Editoriale e Comunicazione Corporate LUCA DINI

Direttore Generale Sales & Mktg FRANCESCA AIROLDI
Sales & Marketing Advisor ROMANO RUOSI

Advertising Manager FEDERICA METTICA
Responsabile Content Experience Unit VALENTINA DI FRANCO. **Responsabile Digital Content Unit** SILVIA CAVALLI

Digital Sales: CARLO CARRETTONI Direttore. **Moda e Oggetti Personali:** MATTIA MONDANI Direttore
Beauty: MARCO RAVASI Direttore. **Grandi Mercati:** MICHELA ERCOLINI Direttore. **Arredo:** CARLO CLERICI Direttore
Triveneto, Emila Romagna, Marche: LORIS VARO Area Manager
Toscana, Umbria, Lazio e Sud Italia: ANTONELLA BASILE Area Manager
Mercati Esteri: MATTIA MONDANI Direttore
Uffici Pubblicità Estero - Parigi/Londra: ANGELA NEUMANN
New York: ALESSANDRO CREMONA. **Barcellona:** SILVIA FAURÒ. **Monaco:** FILIPPO LAMI

EDIZIONI CONDÉ NAST S.p.A.

Presidente GIAMPAOLO GRANDI
Amministratore Delegato FEDELE USAI
Direttore Generale DOMENICO NOCCO

Vice Presidente GIUSEPPE MONDANI. **Direttore Centrale Digital** MARCO FORMENTO
Direttore Circulation ALBERTO CAVARA. **Direttore Produzione** BRUNO MORONA
Direttore Risorse Umane CRISTINA LIPPI. **Direttore Amministrazione e Controllo di Gestione** LUCA ROLDI
Branded Content Director RAFFAELLA BUDA. **Digital Marketing** Manuela Muzza. **Social Media** ROBERTA CIANETTI
Digital Product Director PIETRO TURI. **Head of Digital Video** RACHELE WILLIG
Digital CTO MARCO VIGANÒ. **Enterprise CTO** AURELIO FERRARI
Digital Operations e Content Commerce Director ROBERTO ALBANI

Sede: 20123 **Milano**, piazzale Luigi Cadorna 5 - tel. 0285611 - fax 028055716. **Padova**, via degli Zabarella 113, tel. 0498455777 - fax 0498455700. **Bologna**, via Carlo Farini 13, Palazzo Zambeccari, tel. 0512750147 - fax 051222099. **Roma**, via C. Monteverdi 20, tel. 0684046415 - fax 068079249. **Parigi/Londra**, 3 Avenue Hoche 75008 Paris - tel. 00331-53436975. **New York**, Spring Place 6, St Johns Lane - New York NY 10013 - tel. 2123808236. **Barcellona**, Passeig de Gràcia 8/10, 3° 1a - 08007 Barcelona tel. 0034932160161 - fax 0034933427041. **Monaco di Baviera**, Eierwiese 5b - 82031 Grünwald - Deutschland - tel. 0049-89-21578970 - fax 0049-89-21578973.

notizie *di cibo*

A cura di Sara Tieni

Il vero frutto della passione

Antidoto refrigerante contro la vampa del sole, l'anguria riesce anche a riscaldare gli incontri romantici. Secondo uno studio della Texas A&M University contiene una significativa quantità di **citrullina**, un amminoacido che favorisce l'eccitazione sessuale. Un motivo in più (il cocomero è già benefico per il cuore e i polmoni, protegge la pelle dai raggi UV, aiuta il riposo) per farne delle scorpacciate. Il mercato, per giunta, viene in aiuto anche dei più pigri: nel 2018 aumenta del 20% la produzione nazionale della Solinda, la **varietà baby senza semi**: «maneggevole» (pesa da 1,3 a 2,9 kg), facile da tagliare per la scorza sottile e soprattutto comoda da mangiare.

FOTO **MATTEO CARASSALE**, STYLING **CECILIA CARMANA**

PECCAMINOSO
Col suo allestimento di specchi e velluti ispirato a peccati e virtù, il Morgana Lounge Bar di **Taormina** è una delle mete più seducenti della miscelazione siciliana. Tra le specialità i cocktail a base di gin a chilometro zero Arcadia, distillato nel laboratorio interno dal bartender Christian Sciglio. *morganataormina.it*

LEGGENDARIO
Si ispira al *Milione* di Marco Polo, con tanto di bicchiere-bussola, la variazione sul Martini di Lucas Kelm. Argentino, Kelm è stato il decimo classificato del **concorso internazionale** di The Art of Martini. Il premio indetto da Velier, brand di importazione di vini e liquori genovese, ha visto in giuria per l'Italia anche noi de *La Cucina Italiana*. Curiosi di provare il cocktail? Lucas è il bartender di Amo, il ristorante della famiglia Alajmo a Venezia.

Spiriti liberi

Come si beve quest'estate? Dal cocktail esperienziale ai tocchi vintage, ecco qualche suggestione per assaporare le vacanze fino in fondo

ROMANTICO
Liquore dal fascino antico (se ne parlava già alla corte dei Medici), il **rosolio** torna a far parlare di sé. L'Italicus, creato da Giuseppe Gallo, ne è una revisione inedita aromatizzata al bergamotto e molto amata dai maestri della miscelazione, da Londra a New York. *rosolioitalicus.com*

SOCIAL
Bitter alla liquirizia e orchidea edibile nel Regina di Fiori, il cocktail ideato da Rachele Giglioni per il gin Bombay Sapphire in occasione del World Gin Day 2018. L'evento virtuale globale, ideato nel 2009 dal blogger americano Neil Houston, è stato seguito da **50 milioni di followers**.

EMOZIONANTE
Ragazzi che si preparano per una grande festa, un padre che corre dal figlio appena nato: si ispirano ai momenti di pura **felicità** della vita la campagna Must Be di Moët & Chandon e il cortometraggio firmato dal regista francese Emmanuel Cossu. *moet.com*

ETICO
Sostenibilità e soprattutto coltura biologica: la viticoltura 2.0 corre verso questa direzione. Lo dimostra la **bandiera verde** assegnata a Cantine Ferrari da Legambiente. L'azienda trentina ha da anni coinvolto oltre 500 viticoltori del territorio in un progetto comune per proteggere la biodiversità anche attraverso il bicchiere. *ferraritrento.com*

DA BERE E DA ASSAGGIARE
Se considerate il limoncello un corollario del dopocena, è il momento di ricredervi: è ottimo anche come **ingrediente** per piatti e dolci effetto sorpresa come i macaron. Idee e un concorso a premi per fan del liquore li trovate sul sito di Limoncetta di Sorrento, marchio celebre per la sua ricetta a base di limoni di Sorrento Igp. *limoncetta.com*

ESOTERICO
La **carta dei cocktail**, al nuovo Mio Lab, bar con bistrò dell'Hotel Park Hyatt di Milano, è un mazzo di tarocchi. A miscelarveli in drink creativi, più che a leggerveli, ci pensa il romano Oscar Quagliarini, nella lista attuale dei Top World Bartender. Da provare il Matto (a sinistra) con Gin Helsinky e liquore alla rosa Palent. *hyatt.com*

RIVOLUZIONARIO
Da John Woodhouse, il mercante inglese che lo inventò, all'ammiraglio Nelson e Anita Garibaldi: celebrano gli eroi del passato che lo hanno reso grande nel mondo le 5 tipologie di **Marsala** Revolution, linea delle siciliane Cantine Pellegrino, dedicata alla miscelazione e agli estimatori più giovani. *carlopellegrino.it*

La mia vita con un cuoco

Dinamismo e precisione

Evelina Rolandi è un tipo molto metodico. Davide Oldani è uno chef che ama i cambiamenti. E il mix funziona bene, in famiglia e al ristorante

Iniziamo dagli orari, per tutti un gioco di incastri. È così anche per voi due?
C'è chi va e c'è chi viene, lui mai prima di mezzanotte, ma per fortuna lavoriamo insieme (Evelina si occupa della comunicazione, dell'ufficio stampa e di tutti gli eventi del D'O, *ndr*). Amo molto il momento della colazione, la quiete prima della tempesta, perché ci siamo tutti e tre, Davide, la nostra piccola Camilla, e io.
Chi cucina a casa? E che cosa?
Di solito tocca a me, pasta e scaloppine al limone vanno alla grande; se non è troppo stanco, lo fa anche lui.
C'è un piatto che amate entrambi?
Gli spaghetti «corda di violino» al dente. Anzi, praticamente crudi. La prima volta che li ha cucinati per me li ha fatti con un sugo di pesce. Non posso dimenticarli.
Cosa non manca mai a casa vostra?
Pasta, ovviamente, poi marmellata, frutta, verdura, uova e formaggi freschi. Gelato alla stracciatella per lui, al cioccolato per me. E poi bollicine, bollicine, bollicine.
Cosa hai imparato da lui?
Ad avere un approccio diverso verso il lavoro. A guardare lontano, a saper cambiare idea. Lui sa vedere oltre le siepe.
E lui da te?
L'ordine. Io sono molto precisa, per lui un tantino eccessiva...
Entrambi impegnati ai fornelli a casa, ma chi lava i piatti?
Santa Lavastoviglie. A. ODONE

Certe serate in vigna

Picnic, aperitivi e persino barbecue tra i filari della **Valpolicella** illuminati a festa. Sono tanti (e molto conviviali) gli appuntamenti studiati da Signorvino per l'estate 2018. Fino alla fine di settembre l'azienda, nata nel 2012 da un progetto di Sandro Veronesi, presidente del Gruppo Calzedonia, torna con le sue degustazioni nei «wine gardens», due suggestivi giardini a ridosso delle note vigne del Veronese o nel cuore di **Merano**, tra antichi portici. Dal pranzo al dopocena, diverse le occasioni per degustare piatti della tradizione regionale, materie prime Dop e alcune tra le 1500 etichette selezionate dal marchio di enoteche che in Italia conta 15 bistrot con cantina. Calendario e prenotazioni su *signorvino.com*

Francia-Spagna, incontro di gusto

Cosa succede quando lo chef **Yannick Alléno** interpreta il re dei prosciutti spagnoli

Bisogna riconoscerlo. Quando i francesi non sono i migliori in qualcosa, che sia un prodotto o una tecnica, sono i primi a rendersene conto e, da veri maestri, ad adottarlo. Per esempio, si riconoscono carenti quanto a prosciutti e insaccati. Perciò c'era molta curiosità alla sesta edizione del Joselito Lab, il laboratorio di sperimentazione sul celebrato jamón pata negra de bellota Joselito, interpretato ogni anno dal super chef di una nazione diversa. Questa volta da Yannick Alléno, cuoco di punta della nuova cucina francese con diciassette creazioni.

Un grande prosciutto è già in sé un grande piatto. Come può migliorarlo il cuoco?
«Aspirando a interpretarlo, non a migliorarlo».

Lei come ha fatto?
«Mi sono messo all'ascolto di chi ha allevato gli animali in ettari di bosco, li ha lavorati e infine stagionati seguendo la grande tradizione spagnola».

Che cosa ha trovato?
«Un'enorme differenza di gusti e consistenze a seconda delle parti e delle stagionature. Quindi altrettante possibilità di ispirazione».

Lei ha brevettato una tecnica che si basa sull'estrazione a freddo dei sapori. Qui l'ha applicata?
«Ho fatto un'estrazione di Joselito unito a Comté grattugiato per condire una pasta ai funghi. Ma mi sono lasciato guidare dalla spontaneità spagnola che rifiuta l'ossessività francese per la tecnica».

Per esempio?
«Queste fette di Joselito su un cuscino di patate grattugiate e foglie di insalata porcellana. Facile da replicare per un antipasto all'italiana o una tapa».

FOTO ROBERTO FRANKENBERG

GIOCARE D'ANTICIPO
Dal 20 al 23 settembre l'appuntamento è con il Taste of Roma. Nei giardini pensili dell'Auditorium **Parco della Musica** di Roma si potranno assaggiare (a prezzi molto democratici) 72 piatti preparati da 20 tra i migliori chef italiani in 18 diverse cucine pop-up allestite per l'occasione. *tasteofroma.it*

Vacanze romane

MILLENNIAL (GOLOSI) IN VIAGGIO
Parigi, Tokyo e Roma: sono queste le tre capitali preferite dai giovani a caccia di emozioni gastronomiche, tra i 20 e i 35 anni. Lo racconta, anche attraverso le opere dell'artista **Carl Warner** (*sopra*) lo studio Tasty Travels di *Hotels.com*, sito americano di prenotazione on line con 240mila hotel e 19mila località in carnet nel mondo.

Green e blu

Perdersi tra le 18 buche del golf club affacciato sul mare o nei menu curati dallo chef Andrea Ribaldone con il meglio delle materie prime locali. Favorisce la rinascita di mente e palato *I Monasteri Golf Resort* di **Siracusa**, da poco rinnovato 5 stelle di JSH Hotels & Resorts, ricavato da un ex monastero benedettino. *imonasterigolfresort.com*

La forza delle pietre

Lapislazzulo e quarzo (a sinistra) per ritrovare l'ispirazione, smeraldi per una nuova vitalità... Sfrutta le proprietà benefiche delle gemme VitaJuwel, marchio dell'imprenditore Ewald Eisen. L'idea? Energizzare l'acqua con speciali e preziosi infusori per bottiglie e caraffe. Il metodo, ispirato alla **medicina cinese**, ha avuto un successo globale ed è oggi in 80 Paesi. *vitajuwel.us*

Tropicana

Esotica, colorata, esagerata: c'è voglia di avventura nell'aria. Lo dimostra uno degli hashtag più usati e cercati su Instagram, #JUNGALOWSTYLE (cibo, lifestyle e viaggi ispirati alla giungla), ma anche la nuova collezione di oggetti per casa e cucina Tropical di Thun, piena di pappagallini e orsetti esploratori. *thun.com*

Come eravamo

AGOSTO 1956 — «BUONE VACANZE AMICHE LETTRICI! PENSEREMO NOI AD AIUTARE RAPIDISSIMAMENTE IN CUCINA I VOSTRI MARITI, ALLE PRESE CON I FORNELLI E IN PERENNE ESPLORAZIONE NEGLI ARMADIETTI E NELLA DISPENSA».

LA CUCINA ITALIANA

Pranzo

MELANZANE AL FORNO

Ricette JOËLLE NÉDERLANTS,
Testi MARIA VITTORIA DALLA CIA,
Foto RICCARDO LETTIERI,
Styling BEATRICE PRADA

VIAGGIO IN BASILICATA

Aspra di primo acchito, ti accoglie con una cucina generosa, sintesi di forza e semplicità. Vincono i prodotti dell'orto (ma anche i formaggi e l'agnello). E sulle coste i pesci più saporiti

Quest'estate seguite il consiglio del regista Francis Ford Coppola (i suoi nonni erano lucani, di Bernalda): fate i turisti in Basilicata e godete le «bellezze dei luoghi insieme alla loro storia, alla cultura e alle prelibatezze alimentari». Provate i sapori remoti e intatti (non solo per dire) dei formaggi, come il canestrato di Moliterno e il caciocavallo podolico, e del pezzente, rusticissimo salame al peperone. Ma prima ancora assaggiate la cucina delle verdure fatta di pomodori, di peperoni, tipici quelli di Senise, essiccati, di melanzane, come le rosse di Rotonda, di fagioli. E non perdete l'agnello, al forno o in casseruola, piccante, buono con l'Aglianico, l'austero «Barolo del Sud».

Melanzane al forno

Impegno Facile
Tempo 1 ora e 40 minuti
più 1 ora di riposo

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

1 kg 3 melanzane
150 g olive nere
70 g pane raffermo
50 g acciughe sotto sale pulite oppure acciughe sott'olio
50 g capperi sotto sale
2 pomodori maturi
1 spicchio di aglio
olio extravergine di oliva
origano secco
prezzemolo
sale

Mondate e tagliate a metà per il lungo le melanzane; incidete la polpa a griglia, salatele generosamente e fatele riposare per 1 ora con la polpa verso il basso.
Tritate un ciuffo di prezzemolo. Tagliuzzate le acciughe. Sbriciolate il pane raffermo. Snocciolate le olive. Dissalate i capperi. Tritate l'aglio.
Scottate i pomodori in acqua bollente per qualche secondo, pelateli, liberateli dei semi e tagliateli a dadini.
Condite il pane sbriciolato con il prezzemolo, l'aglio, i capperi, le olive, le acciughe, l'origano e 1 pomodoro a dadini. Amalgamate bene.
Lavate e asciugate le mezze melanzane ormai spurgate; accomodatele in una pirofila, distribuite in superficie il pane aromatico e il secondo pomodoro a dadini. Irrorate di olio e infornate a 160 °C per 60-70 minuti. Servite calde o tiepide, sono un ottimo piatto unico.

Tovaglietta americana **Retorta Firenze 1906**.

SCAPICI

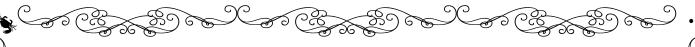
Aperitivo

Scapici

Impegno Medio
Tempo 25 minuti
più 12 ore di marinatura

INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE

1 kg alici pulite aperte a libro
200 g aceto bianco
3-4 peperoncini freschi piccanti
2-3 spicchi di aglio
farina di grano duro – menta
olio di oliva o di arachide
sale

Infarinate le alici e friggetele (poche alla volta per non far abbassare la temperatura) in abbondante olio a 175 °C per 2-3 minuti.
Scolatele su carta da cucina, quindi adagiatele in una grande pirofila.
Fate bollire per 2 minuti l'aceto e 100 g di acqua con l'aglio, 6-8 foglie di menta, i peperoncini e un po' di sale.
Versate la marinata ben calda sulle alici, lasciate raffreddare tutto, quindi mettete in frigo a marinare per 12 ore.
Da sapere Le alici a scapece si conservano in frigorifero per un paio di giorni.

GRAZIE PER L'INDIMENTICABILE VACANZA

Che sia per tre giorni o per una settimana, la regia dell'ospitalità estiva esige dalla padrona di casa uno speciale mix di organizzazione e di laissez-faire. Istruzioni per l'uso

di FIAMMETTA FADDA

Può essere una di quelle dimore di campagna, ereditate dai tempi in cui passare agosto arrostendo sulla spiaggia era prassi sconosciuta e l'estate scorreva tra picnic e marmellate fatte in casa. Oppure una villa di famiglia al mare o in montagna, ma anche affittata per la stagione, per avere intorno amici e/o per invitare persone che potrebbero essere utili in un prossimo futuro (intento meno nobile ma da non scartare). In ogni caso spazio e servizi devono essere generosi perché fare i turni per andare nell'unico bagno disponibile è concepibile (forse) in barca.

I FONDAMENTALI

Posto che giornate divertenti e spensierate sono la chiave di qualsiasi vacanza, la prima mossa è la giusta mescolanza di ospiti, tenendo presente che funziona tanto meglio quanto più somiglia agli insiemi della recente collezione Gucci, ovvero una mescolanza di capi apparentemente incongrui. Almeno una personalità stravagante è di rigore. A scelta: un viaggiatore estremo, un prestigiatore dilettante, una ragazza che suona la chitarra (troppo ingombrante l'arpa, troppo stridente il violino), un'esperta di yoga che all'alba o al tramonto condivida un'ora di meditazione. La seconda regola è la flessibilità degli orari. Descrivete con buon anticipo come avete organizzato il programma della/delle giornate in modo che ognuno sia libero di decidere se aderire o no. E anche di cambiare idea all'ultimo momento; e non importa se una parte dei vostri sforzi non incontra il gradimento universale.

È PRONTO IN TAVOLA

Ritardatari? Inutile forzarli alla puntualità. La cosa migliore è annunciare fin dall'inizio le ore dei pasti e, contemporaneamente, assicurare che anche chi ha voglia di fare altro è il benvenuto. In compenso frigo e dispensa saranno doviziosamente provvisti e riforniti con regolarità in modo che ognuno si serva quando gli va. Va da sé che vi sarete informati sulla situazione allergie&Co e avrete provveduto. Nulla è più deprimente dell'ospite che arriva con le sue provvistucce di sopravvivenza. L'abbigliamento a tavola è «quello con cui vi sentite comodi».

PRECAUZIONI E VENDETTE

Quanto al dormire, evitate di sistemare la coppia eroticamente rumorosa nella camera accanto a quella di persone di età fuori dai giochi, seguendo in questo il principio messo in pratica da Zeffirelli che, nella sua villa sulla Costiera Amalfitana, aveva destinato alla coppia Burton/Taylor le stanze all'estremità del giardino in magnifico isolamento. Sarà poi saggio non lasciare a portata di mano e di desiderio piccoli oggetti insostenibilmente attraenti cui siete molto affezionati. Infine, evitate assolutamente il quaderno all'ingresso per la frase ricordo. Non siete un Relais&Châteaux. E se un ospite si comporta in modo scorretto? I saluti alla partenza saranno cordialissimi ma non sarà (mai) più invitato. Una famosa padrona di casa metteva in pratica una vendetta silenziosa infestando la valigia del partente con una manciata di formiche (vive) o un repellente insetto (morto).

FOTO **R. LETTIERI**, ILLUSTRAZIONE **FREEPIK**

IL PIONIERE DEL POZZETTO

Abbiamo provato e scelto per voi le gelaterie più buone. E abbiamo chiesto a Gianfrancesco Cutelli, che quattordici anni fa rilanciò il tradizionale contenitore termico con il tappo, come si produce e si riconosce un gelato di qualità

Testi **LAURA FORTI**

Volto sorridente, incorniciato da una grande barba bianca, Gianfrancesco Cutelli ha la granita nelle vene ed è un «predestinato»: discende dal famoso Procopio De' Coltelli che portò il gelato dalla Sicilia in Francia, nel 1600. Gianfrancesco, nato anche lui in Sicilia, si è trasferito a Pisa e qui ha aperto sul lungarno la prima sede del suo regno (un'altra Gelateria De' Coltelli si trova a Lucca, *decoltelli.it*), con l'idea di ritrovare il gusto delle estati spensierate di quando era bambino. La sua è una «missione di felicità» e, quando gli chiediamo che cosa rappresenta per lui il gelato, ci risponde che è un «qualcosa di gioioso». Non soltanto, però. Dopo quattordici anni di attività, oggi è particolarmente orgoglioso di vedere che l'arte della gelateria ha conquistato la considerazione del mondo gastronomico. «Finalmente si lavora su questo prodotto come su una pietanza o su un dolce di pasticceria: facendo più attenzione alle materie prime e alle tecniche, creando gelati strutturati, elaborati e completi».

Come si riconosce un buon gelato artigianale?

«Alcuni fattori sono ormai risaputi: non devono esserci troppi gusti, perché un artigiano non riuscirebbe a produrre senza basi pronte una elevata quantità di tipologie. I colori devono essere naturali e non troppo accesi. Le vaschette non devono essere riempite con piramidi altissime di gelato, che risulterebbe mal conservato, in modo disomogeneo. Ma il metodo più inequivocabile è il libro ingredienti: un diritto per i clienti, un obbligo per gli esercenti. Che, però, possono trasformarlo in un'occasione per comunicare le loro scelte sulle materie prime».

Perché ha scelto di tornare ai pozzetti?

«Garantiscono una conservazione migliore, tutelano il gelato da eventuali salti di corrente e sono più igienici. Certo, nascondono il gelato. È già difficile per noi del mestiere immaginare un gusto solo vedendolo, figuriamoci per i clienti. Perciò tanto vale farlo assaggiare: così sono certi di quello che scelgono».

Gusto De' Coltelli 2018?

«Olivello spinoso».

Gusto più richiesto?

«Pistacchio».

Gusto preferito?

«Quello alle more di rovo: le raccolgo con i miei figli, ma è difficilissimo procurarsele perciò solitamente il gelato lo finiamo tutto noi!».

UN DOLCE BRIVIDO DA MILANO A PALERMO

L'Italia è il primo paese al mondo che preferisce, e decisamente, il gelato artigianale a quello industriale (solo un terzo dei consumi). L'Osservatorio Sigep (Salone Internazionale Gelateria Pasticceria e Panificazione) prevede per 2018, tra maggio e settembre, un consumo di quasi 2 miliardi di coni e coppette, nelle oltre 39mila gelaterie.

GUSTO 17
MILANO

Una «agrigelateria» che porta nel laboratorio i migliori prodotti del territorio: tra questi, le uova di Paolo Parisi e l'olio al limone di Frantoio Muraglia (a crudo sul gelato al basilico). 16 i gusti prodotti ogni giorno, più un «gusto 17» che i clienti possono suggerire: un'idea che i tre soci (Vincenzo Fiorillo, Rossella De Vita e Stefania Urso) hanno lanciato ricordandosi di quando desideravano sempre «il gusto che non c'era». ***gusto17.com***

ARTICO
MILANO

Dopo avere conquistato Novate Milanese, Maurizio Poloni, gelatiere dal 1981, si è trasferito a Milano con due gelaterie, una all'Isola e una, più recente, di fianco al Duomo. Oltre ai gusti classici (32 all'Isola, 24 in Duomo), quest'estate propone curiose sperimentazioni, tra cui alcuni morbidi gusti in edizione limitata, in omaggio alla Lombardia e a Milano: stracchino, polenta, gorgonzola e, naturalmente, risotto allo zafferano. Cremosi e davvero fuori del comune. ***articogelateria.com***

GELATERIA BANDIRALI
CREMA

Tantissimi gusti tutti prodotti interamente nel laboratorio, «aggiunte» comprese: meringhe, biscottini, sfoglie e torrone sono fatti artigianalmente da Mauro Bandirali. Tre le gelaterie, la principale con un piccolo giardino per degustare le sontuose coppe di Mauro. Da provare i gusti «spongarda», la tipica crostata di Crema imbottita di frutta secca, e Salva cremasco, il formaggio locale. ***gelateriabandirali.it***

GELATERIA DA VITTO
RECCO (GE)

Aperta nel 2015 da Vittorio Picasso e Daniele Bencivinni ha un unico segreto, l'attenta selezione di latte, frutta e materie prime. Oltre ai 26 gusti di gelato, 8-9 granite più qualche opzione vegan, bicchierini monoporzione e, in inverno, semifreddi. Gusto al top delle vendite il pistacchio, anche in estate. ***Lungomare Giovanni Bettolo 61***

VIVOLI
FIRENZE

Nata come latteria nel 1929 e condotta ancora oggi dalla famiglia Vivoli, offre nei suoi locali storici una quarantina di gusti, che variano in base alla stagione, tutti in coppetta (per tradizione, niente coni per non alterare il sapore del gelato). In estate, melone e pesca, in autunno eccellente il gusto marroni. Da non perdere, poi, La gran crema al caffè, gelato alla crema servito in una apposita tazza, con il caffè caldo: una vera delizia. ***vivoli.it*** →

In alto, una coppetta di Gusto 17. A destra, Mauro Bandirali, gelatiere a Crema. A sinistra, uno dei gelati al cioccolato di Maurizio Poloni (nella foto sotto) delle gelaterie Artico a Milano.

FOTO GIACOMO BRETZEL, STEFANIA INNOCENZI

Il gelato di crema di Simone De Feo (a sinistra) della Cremeria Capolinea. Sotto, la «neviera» usata da Cappadonia. In basso, i coni artigianali di Caruso.

CREMERIA CAPOLINEA
REGGIO EMILIA
Simone De Feo, gelatiere per pura passione, ha aperto la gelateria nel 2010 e da allora ha affinato la sua arte fino a diventare uno dei più apprezzati artigiani italiani. Classiche creme, frutta e gelati gastronomici per circa 24 gusti. Ogni tanto qualche particolarità, come lo zabaione al whisky torbato o sperimentazioni come il gelato al baccalà, allo stracotto di asino... D’estate, pesca e lavanda o melone e china. ***cremeriacapolinea.com***

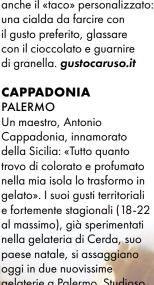
CREMERIA SCIROCCO
BOLOGNA
Andrea Bandiera prepara il suo gelato con il latte del contadino e con uova freschissime: 27-28 gusti tradizionali nei tipici pozzetti, più alcuni gastronomici come Gorgonzola pere e noci, Parmigiano e fichi secchi. Interessante anche il Limone, zenzero, miele e mandorla: ogni settimana un miele diverso, per scoprire la ricchezza della produzione italiana. ***cremeriascirocco.it***

OTALEG
ROMA
Marco Radicioni è un grande sostenitore del gelato «slow», prodotto cioè con tutta la lentezza necessaria per lasciare spazio alla qualità da una parte, e al guizzo di fantasia dall’altra. E sono molte le idee che trovano spazio nelle sue vaschette, diverse ogni giorno: una scoperta continua. Qualche esempio? Gelato alle olive, alla senape, al cioccolato bianco, liquirizia e menta. ***otaleg.com***

MENNELLA
NAPOLI
Mennella è un’istituzione in Campania, con ben 10 punti vendita in tutta la regione, tra gelaterie e pasticcerie. Fondata nel 1969 a Torre del Greco, è oggi un’impresa familiare che punta tutto sulla qualità, con grande attenzione ai prodotti campani, come le noci di Sorrento, i limoni della Costiera, la mela Annurca Igp. Da non perdere la mandorla, in tutte le sue variazioni, compreso il latte di mandorla, in bottiglia. ***pasticceriamennella.it***

CARUSO
POLIGNANO A MARE (BA)
20 gusti che cambiano ogni 60-90 giorni, in base alla stagione e alla disponibilità degli ingredienti: il giovane Giordy Babbo tiene tantissimo alla massima qualità di ogni «componente» del gelato, dalle macchine per produrlo agli ingredienti, fino ai coni, che sono preparati in casa con 5 ingredienti: acqua, zucchero di canna, nocciole Piemonte Igp, farina e aroma di vaniglia. Gusto 2018 un gelato al caprino con aroma di menta e variegatura di more selvatiche. Da non perdere anche il «taco» personalizzato: una cialda da farcire con il gusto preferito, glassare con il cioccolato e guarnire di granella. ***gustocaruso.it***

CAPPADONIA
PALERMO
Un maestro, Antonio Cappadonia, innamorato della Sicilia: «Tutto quanto trovo di colorato e profumato nella mia isola lo trasformo in gelato». I suoi gusti territoriali e fortemente stagionali (18-22 al massimo), già sperimentati nella gelateria di Cerda, suo paese natale, si assaggiano oggi in due nuovissime gelaterie a Palermo. Studioso delle tecniche antiche, ha sperimentato produzioni con il metodo della «neviera», mantecando a mano in un secchiello di ghiaccio e sale. Gusto 2018? Il sorbetto al limone, che cura personalmente dalla raccolta alla lavorazione.
Via Vittorio Emanuele 401, Piazzetta Bagnasco 29

FOTO ALESSANDRO NAZZARI

UN'ESTATE DA ASSAGGIARE

SCOPRITE IL GUSTO DI MACONDO, PANINO GOURMET CHE SA DI VACANZA

PIÙ CHE UN PANINO
Che cos'è Macondo? Un sandwich vegetariano ricco, colorato e fresco che vi trascinerà nell'estate con il suo gusto pieno e la sua morbidezza. E vi conquisterà con leggerezza e un caleidoscopio di ingredienti: ben 18. Indovinateli tutti!

UNA RICETTA UNICA
L'idea è sana e golosa: ravvivare una panzanella di verdure con cetriolo, pomodoro, peperone rosso, finocchio, ravanello e cipolla di Tropea con la freschezza dello zenzero e del basilico. I sapori di Macondo conquistano il palato. Con la complicità di qualche granello di sale marino di Trapani.

DALLA GRECIA, CON GUSTO
Olive sott'olio extravergine, feta cremosa e miele: Macondo richiama la tradizione delle isole elleniche e le loro specialità culinarie più fresche e leggere. Da provare e riprovare senza sensi di colpa, per tutta l'estate.

Un assaggio, e poi si parte!
State per prendere il volo? Rendete ancora più stuzzicante il vostro viaggio con una pausa golosa. Macondo, preparato al momento per voi negli oltre 40 punti vendita Lagardère in Italia, vi aspetta per iniziare con gusto le vacanze. Lo trovate infatti negli shop a marchio Beercode, Natoo, Homburger, Rustichelli & Mangione. Per deliziarsi e spezzare la fame tra un check-in e l'altro o per un pit stop sulla strada delle vostre vacanze. Per gustarlo ovunque voi siate. *www.lagardere-tr.com*

MACONDO
VEG, TASTY & HEALTHY

PANNA COTTA
AL PROFUMO
DI CACAO
E FAVA TONKA
Tempo 1 ora più 5 ore di riposo
Ingredienti per 10 pezzi
PER LA PANNA COTTA
250 g latte – 200 g yogurt greco
70 g panna fresca semimontata
50 g fave di cacao
35 g zucchero semolato
9 g gelatina alimentare in fogli
fava tonka – sale
PER LA PASTA FROLLA
250 g farina
150 g burro morbido
100 g zucchero a velo
60 g uova
60 g farina di mandorle
1 baccello di vaniglia
scorza di arancia – sale in fiocchi
PER LA CREMA ALL'ARANCIA
100 g mascarpone
100 g panna fresca
30 g zucchero semolato
scorza grattugiata di 1 arancia
NESPRESSO
NESPRESSO
IL LATO DOLCE DEL
CAFFÈ
NESPRESSO. SCEGLIE I GRANDI CHEF PER ESALTARE LE PECULIARITÀ
DELLE NUOVE MISCELE. ECCO IL DESSERT CHE IL PASTICCIERE
GALILEO REPOSO HA CREATO PER CELEBRARE
ISPIRAZIONE SHAKERATO E ISPIRAZIONE SALENTINA.
PICCOLI PIACERI DA ASSAPORARE FREDDI, ANZI GHIACCIATI

PER LA PANNA COTTA
Ammollate i fogli di gelatina in acqua fredda.
Bollite il latte con una presa di sale, le fave di cacao spezzettate e una generosa grattugiata di fava tonka. Fate raffreddare, filtrate, unite lo zucchero e riportate al bollore. Fuori dal fuoco unite la gelatina strizzata, mescolando finché non si sarà sciolta.
Fate raffreddare, poi aggiungete lo yogurt e la panna. Versate il composto in 10 stampini in silicone a forma di parallelepipedo (12x3 cm, h 4 cm) e mettete in freezer per 4 ore.

PER LA PASTA FROLLA
Mescolate il burro con lo zucchero a velo, incorporate le uova e quindi le farine, un po' alla volta, un pizzico di sale, i semi raschiati dal baccello di vaniglia e una generosa grattugiata di scorza di arancia. Impastate, formate un panetto e mettete in frigo per 1 ora.
Stendete la pasta allo spessore di 1-2 mm, ritagliatevi 10 rettangoli (12x3 cm), accomodateli su una placca foderata di carta da forno e informateli a 175 °C per 15 minuti.

PER LA CREMA ALL'ARANCIA
Mescolate tutti gli ingredienti e montateli leggermente. Raccogliete la crema in una tasca da pasticciere e fatela raffreddare in frigo.
Sformate le panne cotte sui biscotti e ponetele ad ammorbidire in frigo per almeno 1 ora prima del consumo.
Coprite a piacere ogni panna cotta con una cialda di cioccolato bianco colorato di giallo.
Completate con ciuffi di crema all'arancia e decorate a piacere con altre cialde di cioccolato, scorzette d'arancia e cioccolato fuso.

L'ISPIRAZIONE PER UN MOMENTO DI RELAX

CAFFÈ SHAKERATO by NESPRESSO

Mettete **2-3 grossi cubetti di ghiaccio** nello shaker, aggiungete **4-6 ml di sciroppo di zucchero**, preparate **25 ml di caffè Ispirazione Shakerato** e uniteli agli altri ingredienti nello shaker. Chiudete e agitate energicamente per 10-15 secondi. Versate il caffè shakerato in un calice Reveal Lungo, facendo in modo di trattenere i cubetti di ghiaccio.

CAFFÈ ALLA SALENTINA by NESPRESSO

Mettete **1-2 grossi cubetti di ghiaccio** in una tazzina View da Lungo, aggiungete **4-6 ml di sciroppo di latte di mandorla**, preparate **25 ml di caffè Ispirazione Salentina** direttamente nella tazzina, sopra il ghiaccio. Mescolate bene e degustate.

BARISTA DEL FUTURO

Quante ricette di caffè si possono creare a casa? Calde, fredde, decorate, arricchite con latte, cioccolato, sciroppi, miele...
Con **Barista**, la nuova macchina Nespresso, design e facilità d'uso si incontrano: schermo touch e connessione Bluetooth alla App Nespresso. Ogni giorno potrete sperimentare una ricetta diversa consultando tra quelle proposte. Versate gli ingredienti (ghiaccio compreso) nel contenitore in acciaio, chiudete, premete il tasto e stupite i vostri ospiti.

CHE DELIZIOSO PROFUMINO

È quello del piatto di mare preparato per noi da Gabriella Chieffo, creatrice di fragranze che fanno sognare. Ispirate dalla forza d'animo delle donne e dai vapori delle loro cucine

Testi ANGELA ODONE, Foto RICCARDO LETTIERI, Styling BEATRICE PRADA

La memoria dei piatti dell'infanzia e della giovinezza napoletana, vibrante e impetuosa, guida le scelte di Gabriella Chieffo. Decisa, sorridente, magnetica, la si ritrova nei profumi che inventa. Tutti con un richiamo gastronomico. Qualche esempio? Lattedoro, Acquasala e Ragù. Di formazione ingegnere, è cuoca provetta per elezione. Nella sua casa di Lecce (lei segue i flussi migratori al contrario) la tavola non è mai vuota: imbandita di piatti affettuosi e circondata da tanti amici sempre accolti a braccia aperte. Per noi ha cucinato una **minestra maritata**, piatto classico del Natale napoletano a base di carne, in una sua personale rivisitazione con pesci e crostacei, cicoriette e finocchietto selvatici. Ben congegnata, fresca, fine ed estiva. Nella nostra cucina, per un giorno abbiamo respirato l'aria scoppiettante di una famiglia che si prepara a una grande festa.

Minestra maritata di pesce

Impegno Medio
Tempo 1 ora e 20 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **500 g cicoriette selvatiche mondate**
- **500 g polpa di pescatrice a tocchi**
- **200 g finocchietto selvatico mondato**
- **200 g coscia di pollo**
- **4 scampi**
- **4 gamberi**
- **4 triglie di media grandezza**
- **2 carote – 2 gambi di sedano**
- **2 pomodori lunghi tipo San Marzano**
- **1 cipolla – aglio – alloro**
- **prezzemolo con i gambi**
- **Cognac – curcuma**
- **pane pugliese raffermo**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale – pepe**

PER IL FUMETTO DI PESCE

1. Sfilettate le triglie e sgusciate i gamberi e gli scampi. Conservate le lische, le teste e i gusci.
Mondate carote, cipolla, sedano e pomodori. Tagliate tutto a metà.
2. Soffriggete in una casseruola velata di olio 1 spicchio di aglio con una macinata di pepe. Dopo 1-2 minuti unite gli scarti tenuti da parte, alzate la fiamma e rosolate per un paio di minuti, sfumate con un bicchierino di Cognac, poi bagnate con 2 litri di acqua calda. Aggiungete 1 pomodoro, 1 carota, ½ cipolla, 1 gambo di sedano, salate, pepate e fate sobbollire mentre preparate il resto.

PER IL BRODO DI POLLO

Preparate un brodo di pollo immergendo la coscia in 2 litri di acqua; fate sobbollire, schiumando a mano a mano, per almeno 30 minuti; poi unite 1 carota, 1 pomodoro, 1 gambo di sedano, ½ cipolla, un ciuffo di prezzemolo con i gambi, qualche foglia di alloro, sale e pepe. Proseguite nella cottura per altri 30 minuti.
3. Lessate le cicoriette e il finocchietto selvatici per 10-15 minuti (dovranno rimanere al dente), scolateli e raffreddateli in una ciotola con acqua e ghiaccio.

PER LA MINESTRA

4. Filtrate in un'altra casseruola sia 1,5 litri di fumetto di pesce, sia 750 g di brodo di pollo.
5. Riportate sul fuoco e immergetevi le cicoriette e il finocchietto sgocciolati, fate riprendere il bollore e poi aggiungete i tocchi di pescatrice, dopo un paio di minuti i filetti di triglia e le code di scampo e di gambero. Cuocete a fuoco basso per 4-6 minuti.
Sciogliete in un mestolo di brodo di pollo filtrato un cucchiaio di curcuma, poi unitelo al pesce a fine cottura.

Ungete di olio 4-6 fette di pane e tostatele in padella o su una griglia.
Accomodate le fette di pane nei piatti, disponete sopra un nido di cicoriette e di finocchietto e completate con il resto della minestra maritata. Decorate a piacere con ciuffi di finocchietto fresco.

Leggo su Whatsapp: «Segua la posizione indicata e vedrà che arriva dritto dritto al trullo». Davvero avanti, penso, per essere una nonna pugliese. Dopo una ventina di minuti di sterrato troviamo ad accoglierci una biondissima signora, non proprio una massaia d'altri tempi. È Anna Gentile, professione food blogger. L'equivoco si scioglie subito, perché nella veranda la «**memoria** storica dell'orecchietta» è al lavoro: Celestina Intini, mamma di Anna, e sua maestra in cucina fin da bambina, sta rollando sulla spianatoia un tocchetto di pasta, che a mano a mano si allunga. Lo taglia a rocchetti, poi da ciascuno ricava un'orecchietta. Nemmeno guarda, fa tutto automaticamente, come un gesto involontario, come il cuore che batte. Alza lo sguardo, saluta con un sorriso

L'AMORE È UN'ORECCHIETTA

Instancabile, Celestina rolla la pasta. Lo fa da sempre con la figlia Anna. L'unico modo per essere sicuri che le tradizioni restino in vita

Testi SARA MAGRO, Foto GIACOMO BRETZEL

smagliante che dura tutto l'incontro. Celestina cucina da quando era piccola. Poi si è sposata giovane con un «bellissimo ragazzo» e ha fatto «tre splendidi figli», ragione per cui ha quell'aria raggiante. Cucinava per i ragazzi e ora, a ottant'anni suonati, continua a farlo per loro, per i nipoti e, se capita, anche per i vicini.

Prepara cose semplici della cucina pugliese, sempre un successo: focaccia con i pomodori, fave e cicoria e le famose orecchiette. E appena può aiuta Anna nei corsi di cucina che organizza nel trullo. Sempre con il suo sorriso e le sue mani d'oro.

Da sinistra, in senso orario, il trullo della figlia di Celestina Intini, Anna Gentile, nella campagna pugliese di Noci; la tradizionale crema di fave secche, insaporita con olio e servita con cicoria, cipolla rossa, olive fritte e peperoni dolci; Celestina con Anna in una pausa affettuosa durante la lavorazione delle orecchiette, che poi hanno condito con le cime di rapa. Nella pagina accanto, Celestina con la sua focaccia ai pomodori.

Orecchiette con le cime di rapa

Prelibate anche con il ragù di ventresca di maiale, Celestina e la figlia ne preparano sempre in abbondanza e, se avanzano, le ripassano in padella «fino a farle attaccare sul fondo per ottenere una deliziosa crosticina».

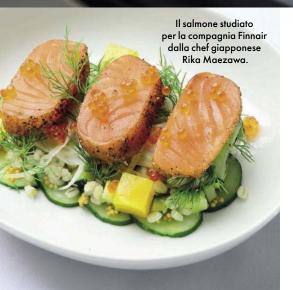
Per le orecchiette disponete la semola rimacinata a fontana su un piano e aggiungete acqua bollente fino a ottenere un impasto liscio e compatto. L'abilità sta nel ricavare un cavatello trascinando un pezzettino di pasta fino a farlo quasi arrotolare su se stesso, e nel rivoltarlo su un dito per dargli la forma di un piccolo orecchio. Mettete a bollire le cime di rapa per 10 minuti, scolatele e conservare l'acqua (già salata) per cuocervi le orecchiette per 4-5 minuti. Alla fine saltate cime e orecchiette in una padella con molto olio bollente, aglio e/o filetti di acciuga e/o peperoncino. In un'ora e mezza è tutto pronto in tavola.

Che cosa serve per 4 persone: 1,5 kg di cime di rapa, 280 g di semola rimacinata di grano duro, aglio, filetti di acciuga sott'olio, peperoncino, olio extravergine di oliva, sale.

MORDI E FUGGI

Dall'aereo al treno, alcune novità accattivanti per chi vuole soddisfare il palato anche tra la partenza e l'arrivo

Testi di SARA TIENI e SARA MAGRO

Il salmone studiato per la compagnia Finnair dalla chef giapponese Rika Maezawa.

Per i buongustai l'estate in corso potrebbe avere risvolti inaspettatamente interessanti. Per chi cerca una vacanza golosa a 360°, viaggi e spostamenti da una meta all'altra del globo potrebbero essere un'occasione in più per fare piacevoli scoperte. Stazioni, autostrade, compagnie aeree e di navigazione offrono menu sempre più sofisticati. E non a caso. Secondo le previsioni, quella del 2018 sarà un'estate da record in Italia, con il +4,8% di turisti stranieri in arrivo e il +1,7% di italiani in partenza verso il resto del mondo con una predilezione per Giappone, Canada e Thailandia (dati della società ForwardKeys, leader nell'analisi dei flussi turistici).

Tra le nuvole

Volano molto alto, nel senso gastronomico del termine, le compagnie aeree. La sfida sul fronte menu è accesa. La nordica Finnair continua con il suo progetto Signature Chef con la collaborazione, sulla tratta Helsinki-Tokyo, della top chef **Rika Maezawa**, autrice di cinque (fantastici) menu stagionali, per i fortunati passeggeri della business class. In più, grazie all'esclusiva tratta dei loro velivoli, il viaggio durerà due ore di meno. *finnair.com*

C'è chi invece, come Qatar Airways, presta molta attenzione alla mise en place. In business class spiccano servizi di porcellana, posate e lini pregiati curati ad hoc, oltre a tre diversi tipi di pane, una nuova carta dei dolci e degustazioni pomeridiane di tè. *qatarairways.com*

In crociera

Novità anche sui mari. A bordo della faraonica e recentemente varata Seaview, iperpanoramica nave da crociera di

Carne alla griglia secondo la tradizione mediorientale e menu con ingredienti pregiati come il tartufo a bordo della Qatar Airways.

FOTOGRAFIE AG. 123RF, JACOPO SALVI, DAVIDE CALAFÀ

Un primo piatto con verdure servito a bordo dei vagoni della compagnia ÖBB.

La nave da crociera MSC Seaview: a bordo, ristoranti a tema, steakhouse e perfino una cioccolateria.

MSC, potete navigare nel Mediterraneo, da Napoli a Genova, passando da Marsiglia e Barcellona, e intanto dedicarvi ai piaceri della gola. A scelta, sei **ristoranti tematici**, dal giapponese al fusion asiatico, due buffet di prodotti tipici, tra cui uno pensato anche per i bambini, una steakhouse e un ristorante di pesce in collaborazione con lo chef stellato Ramón Freixa. Dulcis in fundo, una boutique dedicata al cioccolato piemontese di Venchi. *msccrociere.it*

Sul treno o in stazione?

Sui treni austriaci ÖBB che collegano Venezia a Vienna e ad altre città austriache, il menu di prima classe sembra quello di un ristorante. Per colazione, spuntino, pranzo, merenda, ci sono più scelte, tra cui diversi piatti di stagione. Non solo, l'ampia lista, da sfogliare con calma adeguata al viaggio slow, soddisfa tutti: vegetariani, vegani, celiaci, allergici al lattosio e bimbi, con pasta al pomodoro o panino, bibita e gioco. Magari mentre i grandi brindano, scegliendo da una mini ma ottima carta dei vini con cinque vini bianchi, quattro rossi e uno spumante brut, tutti made in Austria. *obb-italia.com*

Durante le soste in stazione, invece, per gli amanti dei **prodotti regionali** e delle ricette della tradizione Autogrill amplia l'offerta del suo Bistrot. La formula, a prezzi contenuti, è il risultato di una collaborazione avviata dal 2013 tra lo storico brand della «ristorazione su strada» e l'Università delle Scienze Gastronomiche di Pollenzo. Segni particolari: **filiera corta e sostenibilità**, cucina a vista, valorizzazione dei prodotti artigianali. Bistrot ha debuttato alla stazione di Milano Centrale, a Venezia Santa Lucia, Verona Porta Nuova e Roma Fiumicino, in alcune autostrade e nello Shopping District Milano City Life. E se avete nostalgia dei sapori italiani mentre siete all'estero, potete trovarli nei locali di Autogrill nelle stazioni e negli aeroporti di Germania, Finlandia, Olanda, Svizzera e Grecia, insieme a piatti delle cucine tradizionali dei vari paesi. Oltreoceano ci sono i Bistrot di Montreal e due nuove aperture a Shanghai, dove si potranno assaggiare anche piatti fusion italo-cinese. Un esempio? Il panino alla maionese allo yuzu (un agrume orientale che ricorda il bergamotto) e un tiramisù al tè matcha. *autogrill.com*

Uno scorcio del Bistrot Autogrill alla stazione di Milano Centrale. Tra Europa, Canada e Cina, sono 27 i locali del gruppo Autogrill dedicati alle tradizioni italiane.

LA «CARUSA» DI PALERMO

Ricette degne di Tomasi di Lampedusa, una storica dimora dove cucinare insieme con gli ospiti. Una nobildonna siciliana racconta come il cibo diventa una festa. Che può curare l'anima

Testi SARA TIENI,
Foto MONICA VINELLA

Anna Modica nel suo appartamento a Palazzo Dagnino, a Palermo. La signora accompagna selezionati ospiti in un itinerario gastronomico in giro per la città.

Entrando a Palazzo Dagnino Notarbartolo di Villarosa, una dimora secentesca in Piazza Marina a Palermo, si respira il **fascino** ancestrale e un po' fané del centro storico. Superato l'androne, in un appartamento affacciato sui giardini pubblici di Villa Garibaldi, noti per i monumentali ficus, ci aspetta Anna Modica con alcune pietanze del suo ricettario di famiglia. Quello della signora, docente di diritto al liceo, è uno degli indirizzi segreti da segnare in agenda quando si viene in città.

Solo per piccoli gruppi di persone, perlopiù turisti stranieri, Anna diventa una specialissima «guida» degli angoli più suggestivi di Palermo. «Insegno come fare la spesa nei mercati di Ballarò o della Vucciria, poi li ospito per cena e condivido con loro la preparazione delle mie ricette», spiega mentre, con gesti tra il solenne e l'arcano, ci serve un timballo fumante ispirato a quello descritto da Tomasi di Lampedusa nel *Gattopardo*. «È un piatto delle feste, insieme alla caponata di spada: i nobili la preparavano impiegando, oltre le verdure, questo pesce pregiato». Sulla tavola, apparecchiata con antichi lini di famiglia, spiccano delle posate d'argento spaiate. «Sono parte di alcuni servizi di nonne e zie. Quando apparecchio le mischio. In questo modo è come se partecipassero al banchetto con noi». Alle pareti, tele contemporanee dai colori accesi e opere di giovani artisti siciliani.

«Qui passano in tanti, la porta è sempre aperta. Organizzo anche dei piccoli concerti: mi piace **mescolare cibo e arte**. Gli ultimi ospiti erano israeliani. Ma non accolgo tutti: per cucinare bisogna essere nello stato d'animo giusto, pronti a regalare il proprio tempo. Una cosa che ho imparato fin da piccola. La mattina mi svegliavo e trovavo le donne di casa intente a preparare la pasta dell'*mbriulata*, con farina, lievito madre, acqua calda e sale. Da loro ho imparato l'arte di sopportare la fatica con il sorriso. Ogni piatto aveva una stagionalità, il timballo si faceva con la carne fino a maggio. Poi solo con sugo e melanzane. C'era sempre un percorso. In autunno, quando si accorciavano le giornate, la mia tata, Mariannina, si dedicava alle minestre». Da qualche tempo Anna sta raccogliendo le ricette di famiglia in una sorta di romanzo *La carusa (ragazza in dialetto siciliano*, ndr*) tra le pignatte*. «Tramandando i miei ricordi culinari, condivido questa magia: con il cibo si possono sanare anche le ferite dell'anima. Ogni stagione ha il suo piatto e ogni piatto il suo motivo».

Crocchè di patate

Impegno Facile
Tempo 1 ora e 30 minuti più 8 ore di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 8 PERSONE

- 1 kg **patate farinose**
- 200 g **prezzemolo**
- 1 **limone non trattato**
- **latte – farina**
- **olio di arachide – sale**

Lessate le patate con la buccia finché non saranno tenere. Scolatele e fatele riposare per 8-12 ore.

Pelate le patate e raccoglietele in una grande ciotola.
Tritate il prezzemolo, unitelo alle patate e schiacciatele con una forchetta.
Aggiungete una generosa presa di sale. Amalgamate e, con le mani inumidite, formate le crocchette.
Bagnate velocemente le crocchette nel latte e poi nella farina.
Friggetele, poche alla volta, in abbondante olio di arachide. Scolatele su carta assorbente.
Servitele caldissime con la scorza di limone grattugiata, accompagnandole a piacere con panelle siciliane.

A sinistra, una cassata siciliana realizzata per Anna Modica (sotto) dalla storica pasticceria Costa di Palermo nell'identica variante preparata dalla bottega per l'ultima campagna di Dolce & Gabbana. Sopra, l'androne di Palazzo Dagnino, dove la signora ospita amici e turisti per pranzi e corsi di cucina ispirati al ricettario di famiglia.

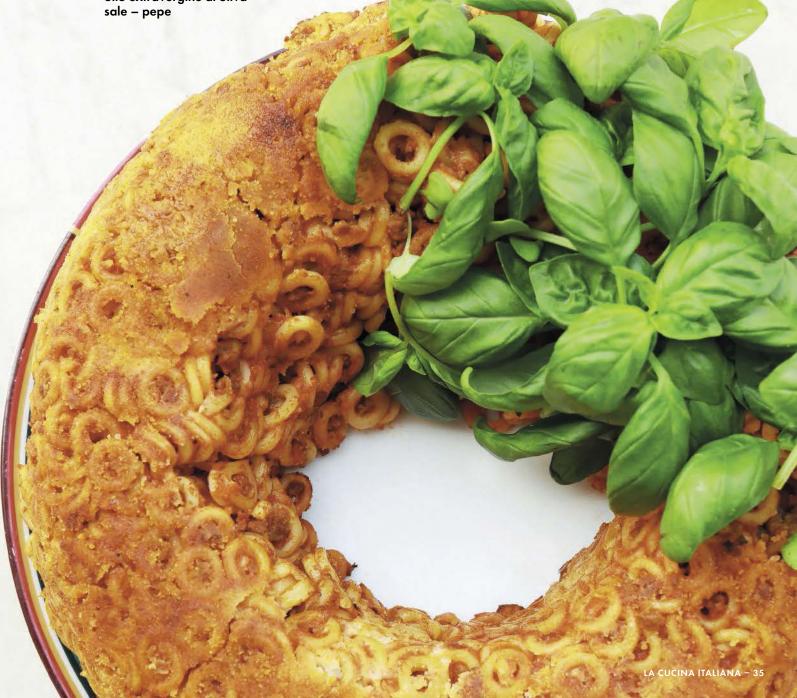
«Cucinare insegna a condividere e a regalare il tempo. L'ho imparato da piccola: in Sicilia ogni piatto ha una stagione e una sua storia. Nulla è preparato a caso»

Timballo del Gattopardo

Impegno Per esperti
Tempo 1 ora e 50 minuti

INGREDIENTI PER 12 PERSONE

2 litri passata di pomodoro
1 kg anelletti di grano duro
1 kg polpa di vitello macinata
450 g primo sale
350 g piselli sgranati
200 g polpa di maiale macinata
200 g mozzarella fiordilatte
150 g concentrato di pomodoro
120 g formaggio grattugiato
40 g pangrattato
carote – cipolla – sedano
vino bianco – brodo vegetale
alloro – rosmarino
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Tritate finemente 1 gambo di sedano, 2 carote e ½ cipolla e fateli rosolare in padella con abbondante olio per 8-10 minuti. Unite le carni macinate, 2 foglie di alloro, 1 rametto di rosmarino e sfumate con ½ bicchiere di vino bianco. Amalgamate bene, quindi unite la passata e il concentrato di pomodoro. Salate, pepate e cuocete coperto a fiamma media per 40-50 minuti, finché il ragù non si sarà un po' addensato. Alla fine eliminate le erbe aromatiche.
Soffriggete con poco olio ½ cipolla tritata, aggiungete poi i piselli, 2 mestoli di brodo vegetale e fate stufare per 20 minuti circa.
Cuocete gli anelletti in abbondante acqua salata per 5 minuti. Scolateli e conditeli con i piselli e il ragù.
Ungete uno stampo per timballo (ø 35 cm) con olio e cospargetelo di pangrattato e abbondante formaggio grattugiato, riempite con 1/3 della pasta, fate uno strato con gli altri formaggi tagliati a cubetti, procedete alternando pasta e formaggi fino a esaurire gli ingredienti. Spolverizzate con pangrattato e infornate a 150 °C per 25 minuti circa.
Tirate fuori dal forno il timballo e aspettate 10 minuti prima di sformarlo su un piatto di portata.
Decorate a piacere con rametti di basilico.

ricettario
di agosto

Testi
MARIA VITTORIA DALLA CIA
LAURA FORTI
VALENTINA VERCELLI
Fotografie
RICCARDO LETTIERI
Styling
BEATRICE PRADA

Le misure a portata di mano

Semplificate il lavoro in cucina: eliminate la bilancia e dosate liquidi e ingredienti in polvere con tazze, bicchieri e cucchiai. Guardate la nostra tabella **a p. 119**

antipasti

Ospiti nella nostra cucina

DAVIDE BROVELLI

Figlio d'arte, anzi bisnipote, perché la sua famiglia lavora nella ristorazione da 180 anni. Cuoco raffinato, privilegia gli ingredienti del Lago Maggiore, quello su cui si affaccia il suo ristorante, il Sole di Ranco, immerso in un giardino colmo di fiori e di erbe aromatiche.

GIOVANNI TRAVERSONE

Gentleman culinario, è lo chef della Trattoria del Nuovo Macello, di Milano, istituzione per i gourmet meneghini gestita dalla sua famiglia dal 1959. Le sue specialità sono le carni e i piatti della tradizione lombarda, ma con un twist internazionale.

GIOVANNI ROTA

Un poeta del risotto. Riflessivo e preciso, studia e si ispira alla cucina tradizionale, che per lui è quella delle ricette di casa e delle trattorie «come erano una volta». È professore di istituto alberghiero, maestro della nostra Scuola e ha aperto da poco un'impresa di banchettistica.

Conchiglie in zuppetta di anguria

Cuoca Daniela Antoniotti
Impegno Medio
Tempo 40 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

1 kg cozze pulite
1 kg vongole spurgate
550 g polpa di anguria
500 g fasolari puliti
6 fette di pane tostato
1 peperoncino fresco
aglio – prezzemolo
vino bianco secco
aneto – basilico
olio extravergine di oliva
sale

PER LE CONCHIGLIE
Raccogliete le vongole in una casseruola con uno spicchio di aglio con la buccia e qualche gambo di prezzemolo. Quando saranno ben calde, sfumatele con mezzo bicchiere di vino, chiudete con il coperchio e cuocete per circa 3 minuti. Scolatele conservando il liquido di cottura, che filtrerete con un colino fine.
Ripetete l'operazione con le cozze, unendo il liquido, filtrato, a quello delle vongole.
Fate aprire anche i fasolari per circa 6-7 minuti; filtrate anche il loro liquido e unitelo agli altri.
PER LA ZUPPETTA
Tagliate 400 g di anguria a tocchi ed eliminate i semi. Frullatela con 2 cucchiai di olio, un pezzetto di peperoncino e 300 g dell'acqua filtrata delle conchiglie. Aggiustate di sale, se serve.
Intagliate l'anguria rimasta con uno scavino, in modo da ottenere delle palline.
Distribuite la zuppetta nei piatti, completatela con le conchiglie equamente suddivise. Servite con le fette di pane tostato, aneto e basilico.

Fondo di mattonelle **Superskin**.

Per poter ricavare palline perfette, acquistate una varietà di anguria priva di semi.

Gamberi crudi con salsa tropicale

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Facile
Tempo 30 minuti
più 96 ore di raffreddamento

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1 kg gamberi rossi
20 g zenzero fresco
1 cetriolo
1 scalogno
½ mango
½ papaia
senape – melissa
aceto di vino bianco
olio extravergine di oliva
sale – pepe

PER LA SALSA
Scaldate in un pentolino 1 cucchiaio di olio e fatevi appassire dolcemente lo scalogno tagliato a listerelle sottili per un paio di minuti. Unite la papaia, il mango e lo zenzero tagliati a fettine, 1 cucchiaino di aceto, 1 di senape, 2 cucchiai di acqua, un pizzico di sale; cuocete per 7-8 minuti, quindi abbassate il fuoco al minimo e lasciate asciugare il liquido in eccesso per altri 5 minuti circa.

PER I GAMBERI E IL CONTORNO
Pulite i gamberi, accomodate le code su una placca, sigillatele con la pellicola e ponetele in freezer per 96 ore. Con questo abbattimento termico si potranno mangiare crude in tutta sicurezza. Fatele scongelare in frigo prima di mangiarle.
Tagliate a fettine molto sottili il cetriolo, conditelo con olio, sale, pepe e qualche fogliolina di melissa.
Servite i gamberi con la salsa tropicale, i cetrioli e qualche fettina di mango e papaia freschi a piacere.

Piatto dei gamberi e piattini per il pane delle bruschette alla greca **Hermès**, fondi di mattonelle **Superskin**.

Crema di avocado e cetrioli alla menta

Cuoca Daniela Antoniotti
Impegno Facile
Tempo 45 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

6 avocado scuri medi
5 lime
2 cetrioli
1 cipollotto – menta – sale peperoncino fresco

Tagliate la calotta superiore degli avocado e scavate con un cucchiaio; recuperate tutta la polpa lasciando integri i «gusci».
Mettete i «gusci» vuoti degli avocado in freezer per almeno 30 minuti.
Pulite il cipollotto, eliminando il verde, e tagliatelo a pezzetti.
Sbucciate i cetrioli, eliminate i semi e tagliateli a pezzetti.
Frullate insieme la polpa di avocado, i cetrioli e il cipollotto con un goccio di acqua (aumentate la quantità, se preferite una consistenza più fluida) e il succo dei lime. Salate e aggiungete anche qualche foglia di menta e peperoncino a pezzetti.
Tagliate il bordo dei gusci con le forbici, per allargarne l'imboccatura. Riempiteli con la crema e serviteli su un letto di ghiaccio.

Bruschette alla greca

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Facile
Tempo 25 minuti più 1 ora di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

300 g cetrioli – 170 g yogurt greco
2 baguette
coriandolo fresco – limone
menta – pimpinella – lime
aglio – peperoncino
aceto di vino bianco – sale
olio extravergine di oliva

Preparate lo tzatziki: grattugiate i cetrioli senza pelarli e lasciateli in un colino a spurgare per almeno 1 ora. Schiacciate quindi la polpa per eliminare l'acqua di vegetazione; mescolatela con lo yogurt, la scorza grattugiata di ½ lime, qualche foglia di coriandolo tritato, 1 cucchiaino di aceto, ½ spicchio di aglio tritato finissimo e sale.
Tagliate a metà le baguette, strofinatele a piacere con aglio, conditele con un filo di olio e abbrustolitele su una piastra. Tagliatele a trancetti. Spalmate lo tzatziki sul pane e completate le bruschette con menta e pimpinella, peperoncino e scorza di limone grattugiata.

Grattugiati finemente (1), i cetrioli rilasciano più liquido; la polpa risulterà più asciutta e la salsa più densa. Conservate l'acqua (2) di vegetazione e provatela come base per bibite rinfrescanti:

mescolatela con succo di lime e sciroppo di sambuco, diluite con acqua tonica, aggiungete qualche cubetto di ghiaccio e profumate con foglioline di basilico.

primi

Piatti della pasta **Ceramiche Nicola Fasano** e fondo di mattonelle **Consorzio Ceramiche Desuir**; tovaglioli e cucchiaio dell'insalata di grano saraceno **Zara Home**, fondo di mattonelle **Superskin**.

Pasta alla Norma

Cuoco Giovanni Rota
Impegno Medio
Tempo 50 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1 kg pomodori San Marzano
400 g melanzane
350 g pasta corta tipo sedani
150 g ricotta salata – basilico
½ cipolla – olio extravergine
olio di arachide – sale

PER IL CONDIMENTO
Tritate grossolanamente la cipolla e soffriggetela in una casseruola con 3 cucchiai di olio extravergine.
Tagliate i pomodori in grossi pezzi.
Preparate un mazzetto aromatico con una decina di foglie di basilico.
Unite nella casseruola il mazzetto di basilico e, dopo 1 minuto, anche i pomodori, salate e fate cuocere per 25 minuti. Eliminate il basilico un paio di minuti prima di spegnere la fiamma. Passate la salsa di pomodori con un passaverdure.
Lavate le melanzane e tagliatele a rondelle spesse 3-4 mm; friggetele in abbondante olio di arachide ben caldo per 1-2 minuti.
PER LA PASTA
Cuocete i sedani in abbondante acqua bollente salata. Conditeli con la salsa di pomodoro e un filo di olio extravergine, distribuiteli nei piatti e completateli con le melanzane fritte e una generosa grattugiata di ricotta salata. A piacere, arricchite la pasta con le scorze di ½ limone e pomodorini, arrostiti vivacemente in padella o cotti in forno a 100 °C per 50 minuti con le scorze di limone, come abbiamo fatto noi.

Insalata di grano saraceno, cannellini e zucchine

Cuoco Giovanni Traversone
Impegno Medio
Tempo 45 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

300 g cannellini lessati
250 g zucchine trombetta
150 g grano saraceno
scalogno
alloro
prezzemolo
limone
vino bianco secco
brodo vegetale
olio extravergine di oliva
sale – pepe

PER LA CREMA DI CANNELLINI
Fate appassire mezzo scalogno in 2 cucchiai di olio, quindi unite i cannellini; insaporiteli per 2-3 minuti, bagnate poi con 1 bicchiere abbondante di vino bianco, fatelo sfumare, salate e aggiungete una foglia di alloro; dopo 15 minuti, unite mezzo litro di brodo vegetale e proseguite la cottura per 10-15 minuti.
Frullate 100 g di cannellini con 1 cucchiaio di olio, finché non otterrete una crema vellutata. Tenete gli altri cannellini da parte.
PER IL GRANO SARACENO
Cuocete il grano saraceno in abbondante brodo vegetale bollente per 17-18 minuti. Scolatelo.
Rosolatelo in una padella con un filo di olio finché non diventa croccante.
PER LE ZUCCHINE
Mondate le zucchine trombetta, tagliatele in quattro per il lungo e poi riducetele a piccole losanghe. Cuocetele in una padella antiaderente con un filo di olio e un ciuffetto di prezzemolo tritato per 3-4 minuti.
Mescolate la crema di cannellini con il grano saraceno in una ciotola, poi aggiungete le zucchine, i cannellini rimasti e completate con scorza di limone grattugiata, qualche foglia di prezzemolo e pepe.

Per un piatto unico completo, ma sempre leggero e digeribile, arricchite l'insalata con bocconcini di pollo o di faraona marinati con aglio, erbe, scorza di limone, olio, sale e pepe e poi rosolati per una decina di minuti.

Fondi di mattonelle **Superskin**; piatto decorato delle chips **Hermès**, tovagliolo **Zara Home**.

I testaroli, tipici della Lunigiana, si cuociono di solito nel «testo», una speciale teglia di terracotta o ghisa che si arroventa sul fuoco. In alternativa scegliete padelle di ghisa o di ferro ed evitate i materiali antiaderenti.

Testaroli al pesto per tutti

Cuoco Giovanni Rota
Impegno Medio
Tempo 1 ora più 1 ora di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **180 g farina 00**
- **80 g farina di grano saraceno**
- **80 g farina di riso**
- **60 g pinoli**
- **60 g basilico verde sfogliato**
- **40 g amido di riso**
- **30 g noci macadamia**
- **1 spicchio di aglio**
- **formaggio grattugiato**
- **basilico rosso – sale – pepe**
- **olio extravergine di oliva**

PER IL PESTO
Tostate in una padella le noci macadamia spezzettate grossolanamente e, in un'altra padella, i pinoli.
Frullate il basilico verde, lo spicchio di aglio sbucciato e tagliato a pezzi, 30 g di pinoli tostati, 80 g di olio e 1 cucchiaio di formaggio grattugiato. Regolate di sale e di pepe.
PER I TESTAROLI TRADIZIONALI
Mescolate con una frusta la farina 00 con 350 g di acqua e una presa di sale, finché non otterrete un composto fluido e omogeneo. Fatelo riposare coperto per 1 ora.
Ungete bene una padella in ghisa (ø 24 cm), scaldatela, quindi distribuitevi un paio di mestoli di composto. Cuocetelo per 3 minuti, quindi giratelo dalla parte opposta con l'aiuto di una paletta e proseguite la cottura per un altro minuto. Ripetete l'operazione fino all'esaurimento del composto.
PER I TESTAROLI SENZA GLUTINE
Mescolate la farina di grano saraceno, la farina di riso, l'amido di riso, una presa di sale e 350 g di acqua, finché non otterrete un impasto omogeneo. Lasciatelo riposare coperto per 1 ora.
Procedete come spiegato sopra per la realizzazione dei testaroli tradizionali.
Tagliate i testaroli a losanghe di circa 5 cm.
Portate a bollore una pentola di acqua salata, spegnete la fiamma e immergetevi i testaroli per 1-2 minuti.
Condite i testaroli con il pesto, distribuiteli nei piatti, guarnite con le noci macadamia, i pinoli rimasti e foglioline di basilico rosso.

Chips con peperoni, acciughe e capperi

Cuoco Giovanni Traversone
Impegno Medio
Tempo 1 ora
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

3 patate
2 peperoni
acciughe sott'olio
capperi sotto sale – basilico
olio di arachide
olio extravergine di oliva
sale

PER I PEPERONI
Mettete i peperoni su una placca rivestita di carta da forno e infornateli a 230 °C per 30 minuti circa.
Lasciateli raffreddare, quindi spellateli, apriteli, togliete i semi e tagliateli a strisce sottili. Condite i peperoni con olio extravergine e sale.
PER LE CHIPS
Sbucciate le patate, tagliatele a fettine sottilissime e tuffatele via via in acqua fredda. Se volete fare le fettine rotonde come le nostre, usate un tagliapasta (ø 4 cm).
Sbianchitele in acqua bollente salata per 3-4 minuti, scolatele, raffreddatele e poi rosolatele in padella con un velo di olio extravergine per 1 minuto per parte. Asciugatele bene con carta da cucina.
PER I CAPPERI
Dissalate 2 cucchiai di capperi, asciugateli bene e friggeteli in una piccola casseruola in olio di arachide per circa 1 minuto, finché non saranno diventati croccanti, quindi scolateli su carta da cucina.
Distribuite sopra la metà delle chips un paio di filetti di peperone, un pezzetto di acciuga e qualche cappero croccante; coprite con le altre chips, guarnite con foglioline di basilico e servite subito.

Melanzane arrostite con ricotta cremosa

Cuoco Giovanni Traversone
Impegno Facile
Tempo 35 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

600 g melanzane lunghe
150 g ricotta
1 cetriolo
olive taggiasche snocciolate
olio extravergine di oliva
aceto – sale – menta – pepe

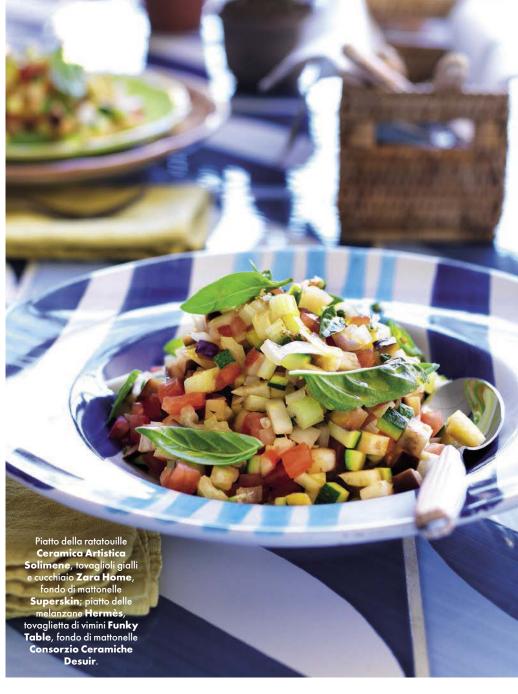
PER LE MELANZANE
Sbucciate le melanzane, lasciandole intere e con il picciolo.
Arrostitele in una padella antiaderente con un velo di olio per 10 minuti, quindi giratele e proseguite la cottura per altri 5 minuti, appoggiandovi sopra un peso. Salate, spegnete la fiamma e lasciatele intiepidire, sempre con il peso appoggiato sopra, poi tagliatele a fette dello spessore di 1 cm.
PER LA SALSA E IL CONTORNO
Lavorate la ricotta, mescolandola bene con 1 cucchiaio di olio e un pizzico di sale, finché non sarà diventata cremosa.
Sbucciate il cetriolo, tagliatelo in 4 parti per il lungo ed eliminate i semi, quindi dividetelo in grossi pezzi e, infine, in bastoncini. Condite con olio, sale e aceto.
Servite le melanzane con la ricotta, cremosa i bastoncini di cetriolo e una cucchiaiata di olive taggiasche snocciolate. Condite con menta e pepe.

Ratatouille

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Facile
Tempo 25 minuti più 1 ora di riposo
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

750 g pomodori ramati
400 g melanzana violetta
300 g zucchine
1 peperone friggitello
1 cipolla bianca
1 gambo di sedano
1 cedro fresco
basilico – aglio
olio extravergine di oliva
sale

Piatto della ratatouille **Ceramica Artistica Solimene**, tovaglioli gialli e cucchiaio **Zara Home**, fondo di mattonelle **Superskin**; piatto delle melanzane **Hermès**, tovaglietta di vimini **Funky Table**, fondo di mattonelle **Consorzio Ceramiche Desuir**.

Abito estivo contemporaneo per la classica ratatouille: le verdure cotte per poco tempo restano croccanti e l'aroma è più vivace con le scorzette di cedro. Ottima anche fredda.

Sbollentate per pochi secondi i pomodori e pelateli. Tagliateli a cubetti, eliminando i semi.
Tagliate la melanzana a cubetti eliminando la parte bianca centrale: dovrete tenere solo la buccia e un poco di polpa bianca vicino alla buccia.
Mondate la cipolla e tagliatela a cubetti. Tagliate le zucchine a cubetti.
Riducete a dadini il gambo di sedano e la scorza di mezzo cedro.
Affettate a rondelle il peperone friggitello.
Cuocete in una padella con un filo di olio, un pizzico di sale e 1 spicchio di aglio schiacciato con la buccia, prima la cipolla per 2 minuti; aggiungete poi il peperone friggitello, la melanzana e proseguite la cottura per 1 minuto, quindi unite le zucchine, dopo 2 minuti il sedano e dopo un altro minuto le scorzette di cedro; spegnete subito e completate con i pomodori e qualche foglia di basilico. Lasciate riposare la ratatouille nella padella per far fondere bene i sapori. Servitela tiepida.

pesci

Piatto dello sgombro **Ceramica Artistica Solimene**, fondo di mattonelle **Superskin**; piatto e forchetta del pesce spada **Zara Home**, fondo di mattonelle **Consorzio Ceramiche Desuir**.

Sgombro e zucchine agrodolci con salsa alla senape

Cuoco Giovanni Traversone
Impegno Facile
Tempo 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

400 g filetti di sgombro
5 zucchine
salvia – rosmarino
pinoli – scalogno
alloro – maionese
senape rustica – aceto di mele
olio extravergine di oliva
zucchero di canna – sale

PER LE ZUCCHINE AGRODOLCI
Mondate le zucchine, tagliatele a bastoncini, scottatele in una padella con un filo di olio per 2 minuti, quindi unite 1 foglia di salvia, 1 di alloro, 1 rametto di rosmarino e 2 cucchiai di pinoli, precedentemente tostati. Mescolate, fate insaporire e sfumate con 3-4 cucchiai di aceto di mele; unite anche 15 g di zucchero di canna, fate evaporare l'aceto e proseguite la cottura per un altro minuto.
PER LA SALSA ALLA SENAPE
Mescolate 2 cucchiai di senape rustica con 1 cucchiaio di olio, ½ cucchiaino di scalogno tritato finemente, 1 cucchiaio di maionese e 1 cucchiaio di acqua.
PER LO SGOMBRO
Cuocete i filetti di sgombro in una padella antiaderente con un filo di olio e un pizzico di sale dalla parte della pelle per 3-4 minuti, quindi voltateli, spegnete la fiamma e lasciateli riposare per 3-4 minuti. Serviteli con le zucchine agrodolci e la salsa alla senape.

Coperte con un velo di olio e sigillate con la pellicola, le zucchine in agro si conservano in frigo per 2-3 giorni: preparatene in abbondanza per avere un contorno o un antipasto sempre pronto.

Pesce spada con macedonia di verdure

Cuoca Daniela Antoniotti
Impegno Facile
Tempo 30 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 2 PERSONE

350 g 2 fette di pesce spada spesse 1 cm
100 g fagiolini
50 g cipolla rossa
40 g aceto
10 pomodorini rossi e gialli
5 frutti della passione
olio extravergine di oliva
sale – pepe

PER IL PESCE SPADA
Cuocete le fette di spada in una padella con un filo di olio e un pizzico di sale, per 1-2 minuti per lato.
Toglietelo dalla padella; tamponatelo con un foglio di carta da cucina, se volete eliminare l'unto in eccesso.

PER LA MACEDONIA DI VERDURE
Tagliate a dadini la cipolla e raccoglietela in una casseruola con l'aceto e 5 cucchiai di acqua. Fatela stufare per 3 minuti dal levarsi del bollore; spegnete e fate raffreddare.
Mondate i fagiolini e scottateli in acqua bollente salata per 4 minuti, raffreddateli in acqua fredda e scolateli. Infine, apriteli a metà per il lungo.
Tagliate i pomodorini in spicchi ed eliminate i semi.
Aprite i frutti della passione e raccogliete la polpa in una ciotolina. Frullatela con 2 cucchiai di olio e filtratela con un colino, in modo da eliminare i semi.
Raccogliete in una ciotola i fagiolini e i pomodorini, quindi condite con un po' di salsa di frutti della passione.
Servite il pesce spada con un filo di olio e pepe e accompagnatelo con la verdura, i dadini di cipolla e la salsa rimasta.

Piatto bianco del polpo **Zara Home**, piatto blu **Ceramiche Nicola Fasano**, fondo di mattonelle **Consorzio Ceramiche Desuir**, ciotoline del polpo e piatto del persico **Ceramica Artistica Solimene**, fondo di mattonelle del persico **Superskin**.

Persico tonnato e peperoni

Cuoco Giovanni Traversone
Impegno Facile
Tempo 50 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

300 g filetti di pesce persico puliti
100 g tonno sott'olio
2 uova
2 peperoni
cetriolini sott'aceto piccoli
acciughe sott'olio
capperi sott'aceto
mollica – salvia
aceto – burro
olio extravergine di oliva
sale – pepe

PER I PEPERONI
Rivestite una placca con carta da forno, appoggiatevi i peperoni e infornateli a 230 °C per 30 minuti circa. Fateli raffreddare, quindi spellateli, apriteli, eliminate i semi e tagliateli a piccoli pezzi.
PER LA SALSA AL TONNO
Rassodate le uova.
Ammorbidite 30 g di mollica con 1 cucchiaio di acqua e 1 cucchiaino di aceto.
Frullate in salsa il tonno con 15 cetriolini, 1 cucchiaio abbondante di capperi sotto aceto, 3 acciughe sott'olio, le uova sode tagliate a pezzi, la mollica ammollata e strizzata, 100 g di olio e 100 g di acqua.
PER IL PERSICO
Tagliate a losanghe i filetti di pesce e cuoceteli in una padella con un filo di olio e una noce di burro, 3 foglie di salvia, un pizzico di sale e una macinata di pepe. Dopo 2 minuti spegnete e fate riposare in padella per 1 minuto.
Servite le losanghe di persico con la salsa al tonno e i peperoni.

Polpo all'orientale

Cuoco Giovanni Traversone
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 10 minuti più 3 ore di ammollo

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1 kg 1 polpo
125 g yogurt intero
100 g lenticchie secche
1 gambo di sedano
1 carota
½ cipolla
farina di ceci
curry mild
vino bianco secco
dragoncello o prezzemolo
alloro
olio extravergine di oliva
olio di arachide
sale
pepe in grani

PER IL POLPO

Cuocete il polpo immergendolo direttamente in acqua bollente con sedano, carota, cipolla, qualche grano di pepe, 1 foglia di alloro, 1 bicchiere di vino. Lessatelo per 40 minuti, quindi scolatelo e lasciatelo raffreddare.

Tagliatelo a pezzi e arrostitelo in padella con un velo di olio extravergine per 3-4 minuti o fino a quando non avrà preso un colore dorato.

PER LE LENTICCHIE E LA SALSA

Mettete a bagno le lenticchie per 3 ore, quindi scolatele e asciugatele su carta da cucina. Preparatele come si vede nel box qui accanto.

Mescolate lo yogurt con 1 cucchiaio di olio, un pizzico di sale, una macinata di pepe e 1 cucchiaino di dragoncello o di prezzemolo tritato.

Servite il polpo con le lenticchie e la salsa.

Ecco un modo insolito di cuocere le lenticchie, trasformandole in un contorno croccante (provatele anche per accompagnare l'aperitivo). Una volta ammollate e asciugate,

raccoglietele in una ciotola. Mescolate 2 cucchiai di farina di ceci con 2 cucchiaini di curry. Infarinate le lenticchie con questo mix (1) e poi passatele in un colino a maglia fine per

eliminare l'eccesso di farina (2). Scaldate in una casseruola tre dita di olio di arachide; quando sarà bollente (buttate nella casseruola un tocchetto di pane e controllate che sfrigoli

vivacemente) versatevi le lenticchie e friggetele per 1 minuto (3). Prelevatele con un colino e distribuitele su uno strato multiplo di carta da cucina (4). Salatele leggermente.

pesci

Piatti **Ceramica Artistica Solimene**, posate e tovagliolo **Zara Home**, fondi di mattonelle **Consorzio Ceramiche Desuir**.

Calamari e fichi con composta di cipolle

Cuoco Giovanni Traversone
Impegno Medio
Tempo 45 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

6 fichi
4 calamari
2 cipolle rosse di Tropea
aceto
rosmarino
lime
olio extravergine di oliva
sale
pepe

PER LA COMPOSTA DI CIPOLLE
Sbucciate le cipolle, tagliatele a fette sottili e cuocetele con 1 cucchiaio di olio, uno spruzzo di aceto e un pizzico di sale. Quando l'aceto sarà evaporato, bagnate con ½ bicchiere di acqua e stufate per 20 minuti.

PER I FICHI
Lavate i fichi, tagliateli in 4 spicchi e arrostiteli in una padella antiaderente con un velo di olio per 3-4 minuti, girandoli di tanto in tanto.

PER I CALAMARI
Pulite i calamari come si vede nel box qui sotto.
Condite sacchi e tentacoli con olio, sale e pepe, quindi cuoceteli i padella con un rametto di rosmarino per 3 minuti, schiacciandoli bene con un coperchio tenuto premuto sopra; girateli dall'altro lato e proseguite la cottura per altri 2-3 minuti.
Servite i calamari con i fichi arrostiti e la composta di cipolle, condendo tutto con scorza di lime grattugiata.

Afferrate il corpo (sacco) del calamaro con una mano; con l'altra mano tirate la testa con decisione (1), in modo da staccarla insieme a tutti i visceri, che rimarranno attaccati.

Staccate gli intestini dalla testa del calamaro (2) e sciacquatela. Usando poi le forbici, tagliate via gli occhi. Alla fine eliminate anche il becco corneo che si trova al centro dei tentacoli.

Sfilate la pennetta trasparente (calamo) che si trova all'interno dei sacchi. Assicuratevi che i sacchi siano ben svuotati (3), quindi spellateli, staccando la pelle lungo i bordi.

carni e uova

Tuorlo marinato, frittata bianca e zucchine al sesamo

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Medio
Tempo 1 ora più 8 ore di marinatura
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

300 g zucchine trombetta
230 g 1 disco di pasta sfoglia stesa
150 g zucchine mignon
6 uova – salsa di soia
mirin (condimento giapponese a base di vino dolce di riso)
zucchero a velo
semi di sesamo
erba cipollina
peperoncino secco – sale
olio extravergine di oliva

PER I TUORLI MARINATI
Mescolate *75* g di salsa di soia, 50 g di mirin e 50 g di zucchero a velo finché lo zucchero non si sarà sciolto.
Preparate quindi i tuorli come si vede nel box della pagina seguente: dopo la marinatura la superficie si sarà rassodata creando uno strato protettivo di consistenza elastica all'interno del quale il tuorlo conserva una parte fresca e cremosa. →

Separate i tuorli dagli albumi (1); conservate questi ultimi per la frittata bianca. Versate i tuorli in un cucchiaio (2) e, a uno a uno, immergeteli delicatamente nella marinata alla soia (3). Sigillate la ciotola con la pellicola e mettetela in frigorifero per 8 ore. Al termine della marinatura scolate i tuorli con molta attenzione, prelevandoli con un cucchiaio (4).

PER LE ZUCCHINE
Frullate in polvere 50 g di semi di sesamo con 40 g di sale (noi abbiamo usato quello integrale). Mondate e tagliate tutte le zucchine in sottili fettine oblique, conditele con il sale al sesamo e fatele marinare per 15-30 minuti.
PER LA CIALDA DI SFOGLIA
Srotolate la pasta su una teglia foderata di carta da forno, spennellatela con un po' di acqua e cospargetela con semi di sesamo e un po' di peperoncino. Copritela con un altro foglio di carta da forno, mettete sopra un'altra teglia e infornate a 200 °C per 18-20 minuti.
PER LA FRITTATA BIANCA
Sbattete gli albumi, unite un po' di erba cipollina tagliuzzata e cuoceteli in una padella unta di olio (ø 18 cm), senza voltare la frittata.
Tagliatela poi a strisce e servitela con i tuorli, le zucchine e cialde.

Pollo alle erbe

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Medio
Tempo 1 ora

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **1 kg pollo**
- **125 g yogurt intero**
- **100 g formaggio di capra fresco**
- **aglio – rosmarino**
- **dragoncello**
- **pimpinella – melissa**
- **paprica**
- **burro**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale – pepe**

PER IL POLLO
Dividete il pollo a metà, tagliandolo lungo la spina dorsale, eliminatela, e apritelo a libro.
Scaldate qualche spicchio di aglio schiacciato con la buccia, 2 rametti di rosmarino, un pizzico di sale, qualche foglia di dragoncello, melissa, pimpinella in una padella che possa andare in forno con una noce di burro e 2 cucchiai di olio.
Salate il pollo e conditelo con 1 cucchiaino di paprica dalla parte della pelle, quindi unitelo alle erbe ben calde.
Rosolatelo prima sul lato della pelle per 3-4 minuti, appoggiandovi sopra un peso affinché rimanga ben schiacciato. Voltatelo e cuocetelo ancora per 2 minuti, quindi mettetelo in forno a 200 °C per 30-35 minuti.
PER IL CONDIMENTO
Frullate lo yogurt con il formaggio di capra fresco, un pizzico di sale, 1 cucchiaino di olio e un po' di pepe. Servite questa salsa cremosa con il pollo.

Per schiacciare bene il pollo durante la cottura, sovrapponetevi una casseruola che ne copra tutta la superficie e riempitela di acqua.

Tovaglietta di vimini **Funky Table**, ciotolina **Ceramica Artistica Solimene**.

Fondi di mattonelle **Superskin**, piatti della bourguignonne e ciotoline colorate **Ceramica Artistica Solimene**, tovagliolo **Zara Home**; piatti dell'arrosto **Hermès**, bicchiere **Zara Home**.

Per la quantità di olio da versare nel caquelon*, la tradizionale marmitta conica per la fondue, calcolatene non meno di mezzo litro per quattro persone.*

Fondue bourguignonne d'estate

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Medio
Tempo 50 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

800 g controfiletto di manzo
250 g polpa di ananas
250 g pomodori San Marzano ben maturi
50 g pomodori secchi sott'olio
3 tuorli
1 uovo
1 mela Golden
1 scalogno
1 limone
olive nere – senape – pinoli
basilico – finocchietto
erba cipollina – menta
aceto di vino bianco
curry – peperoncino secco
olio extravergine di oliva
olio di arachide o di girasole
sale – zucchero

PER LA MAIONESE DI BASE
Preparate una maionese di base per tutte e tre le salse: mescolate 3 tuorli e l'uovo con 1 cucchiaino di senape, 2 cucchiai di aceto. Frullate con il mixer a immersione, unendo a filo 420 g di olio di arachide.
PER LA SALSA ALLO SCALOGNO
Unite a 120 g di maionese lo scalogno tritato, il succo del limone e mescolate bene; incorporate poi qualche filo di erba cipollina tagliuzzata (in alternativa, provate qualche foglia di acetosa).
PER LA SALSA ALLE ERBE
Frullate 15 foglie di basilico, 10 foglie di menta, 30 g di olio extravergine e mescolate tutto con 120 g di maionese.
PER LA SALSA ALLE OLIVE
Sminuzzate 1 cucchiaio di olive nere snocciolate e mescolatele con 120 g di maionese.
PER LA SALSA AL POMODORO
Scottate i pomodori San Marzano in acqua bollente, pelateli, tagliateli a spicchi ed eliminate i semi. Frullateli con i pomodori secchi sott'olio e 2 cucchiai di olio extravergine con un mixer a immersione; regolate di sale, unite un pizzico di peperoncino, qualche ciuffo di finocchietto tritato e foglie di basilico spezzettate.
PER LA SALSA ALL'ANANAS
Tagliate a dadini la polpa di ananas e la mela, sbucciata.
Cuocetele per 20 minuti circa con 1 cucchiaino di pinoli tritati, una punta di curry, un pizzico di zucchero e un filo di olio extravergine.
PER LA CARNE
Tagliate la carne a bocconcini di circa 15-20 g ciascuno (circa 2 cm di lato). Cuoceteli per 2 minuti immergendoli nella casseruola per la fondue piena di olio di arachide ben caldo. Completateli con le salse.

Arrosto freddo e tripla melanzana

Cuoco Davide Brovelli
Impegno Medio
Tempo 2 ore più 1 ora di raffreddamento

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

900 g magatello di vitello
2 melanzane viola lunghe
1 carota
1 gambo di sedano
½ cipolla
tahina (crema di sesamo)
aglio – limone – menta
vino bianco secco
olio extravergine di oliva
olio di arachide
sale – pepe

PER L'ARROSTO
Mondate e tagliate a tocchetti la carota, il sedano, la cipolla 1 spicchio di aglio e rosolateli in una casseruola con 1 cucchiaio di olio extravergine e un pizzico di sale; bagnate poi con ½ bicchiere di vino, fatelo evaporare, aggiungete la carne e coprite tutto con acqua fredda. Cuocetelo per 1 ora e 30 minuti circa a fuoco medio-basso. Lasciatelo infine raffreddare per 1 ora.
PER LE MELANZANE
Lavate le melanzane, dividetele a metà, incidetene la polpa e conditele con un pizzico di sale e un filo di olio extravergine. Infornatele a 200 °C per 25-30 minuti. Raccogliete poi la polpa, conservando le bucce.
Fatele seccare in forno a 180 °C per 15 minuti circa; tagliatele a losanghe e friggetele in olio di arachide per qualche secondo. Scolatele su carta da cucina e salatele.
Tritate metà della polpa di melanzana e conditela con qualche foglia di menta tagliata finissima, 1 cucchiaio di olio extravergine e un pizzico di sale.
Frullate il resto della polpa di melanzana con 1 cucchiaio di tahina, 2 cucchiai di limone, sale e pepe.
Tagliate l'arrosto a fette sottili e servitelo con le due salse, le bucce di melanzana fritte e olive taggiasche a piacere.

Piatto della torta **Ceramica Artistica Solimene**, fondo di mattonelle **Consorzio Ceramiche Desuir**; piattini della granita **Hermès**, fondo di mattonelle **Superskin**.

Torta dacquoise con le albicocche

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Medio
Tempo 1 ora e 15 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

PER LA PASTA DACQUOISE
90 g albume
80 g zucchero semolato
80 g zucchero a velo
75 g farina di mandorle
20 g farina 00
sale – burro
PER IL RIPIENO
500 g albicocche
40 g zucchero semolato
35 g burro
30 g 2 tuorli
2 g gelatina in fogli
1 uovo
zucchero a velo
timo limone – limone

PER LA PASTA DACQUOISE
Montate l'albume con un pizzico di sale. Appena comincerà a prendere consistenza, versate lo zucchero semolato continuando a montare. Quando avrete ottenuto una meringa soda, con una spatola incorporate lo zucchero a velo setacciandolo, la farina di mandorle e la farina 00, setacciando anch'essa e mescolando delicatamente dal basso verso l'alto. Raccogliete la pasta in una tasca da pasticciere munita di bocchetta liscia da 12 mm.
Imburrate uno stampo a cerniera (ø 20 cm) e foderate il fondo con un disco di carta da forno. Copritelo con la pasta distribuendola a spirale.
Lungo tutto il bordo formate tanti ciuffi ben serrati tra loro. Infornate a 160 °C per 18-20 minuti. Sfornate la torta dacquoise, lasciatela raffreddare, poi liberatela dallo stampo. Potete prepararla anche il giorno prima.
PER IL RIPIENO
Ammollate la gelatina in acqua fredda.
Raccogliete 250 g di albicocche snocciolate in una casseruola e cuocetele a fuoco basso con 1-2 rametti di timo limone e poco succo di limone per una decina di minuti fino a ottenere un purè (unite 1 cucchiaio di acqua, se serve). Alla fine eliminate il timo e frullate.
Mescolate i tuorli e l'uovo con lo zucchero semolato, versatevi sopra il purè di albicocca, scaldate fino a prima di raggiungere il bollore mescolando di continuo; togliete dal fuoco e mescolatevi la gelatina, ammollata e strizzata; infine incorporate il burro; mescolate bene la crema e lasciate raffreddare, quindi versatela nella torta.
Completate con le albicocche rimaste, divise a metà, spolverizzate con zucchero a velo e infornate per 5 minuti a 200 °C.
Mangiatela fresca, decorata a piacere con foglioline di timo limone e mandorle. Va conservata in frigorifero.

Granita al cioccolato, cedro ghiacciato e foglie croccanti

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Facile
Tempo 45 minuti
più 8 ore di raffreddamento
Vegetariana

INGREDIENTI PER 8-10 PERSONE

250 g panna fresca
200 g zucchero di canna
160 g cioccolato fondente al 65%
40 g cacao
1-2 cedri
1 albume
melissa – menta
zucchero semolato

PER LA GRANITA
Raccogliete in una casseruola il cioccolato spezzettato, lo zucchero di canna, il cacao e 700 g di acqua; portate sul fuoco e mescolate con una frusta finché tutto non sarà sciolto e amalgamato (non dovete raggiungere il bollore altrimenti il cioccolato si rovina).
Trasferite il composto in una ciotola e lasciatelo raffreddare a temperatura ambiente, quindi mettetelo in freezer e mescolatelo ogni 30-45 minuti: in 6-8 ore di raffreddamento otterrete una granita grossolana e molto consistente.
PER IL CEDRO GHIACCIATO
Tagliate a pezzetti la scorza di cedro, compresa la parte bianca; passate le scorzette nello zucchero semolato, distribuitele su una placca foderata di carta da forno e mettetele in freezer insieme alla granita.
PER LE FOGLIE CROCCANTI
Spennellate leggermente con albume sbattuto 20 foglie di menta e 20 di melissa, passatele nello zucchero semolato, disponetele su una gratella e lasciatele asciugare per qualche ora, finché non saranno croccanti.
Distribuite la granita in coppe ghiacciate, completate con la panna, montata, e servitela con le scorzette di cedro ghiacciate e le foglie croccanti, accomodate insieme in un vassoio.

Piatto della crostata **Zara Home**, piattino delle more **Hermès**, fondo di mattonelle **Superskin**.

Crostata di bosco

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Medio
Tempo 1 ora più 1 ora di raffreddamento
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

PER LA PASTA FROLLA
225 g farina 00
140 g burro – 70 g zucchero
25 g farina di nocciole – latte
1 uovo piccolo – 1 tuorlo
granella di nocciole – sale
PER IL RIPIENO
170 g yogurt greco
125 g 1 cestino di mirtilli
125 g 1 cestino di more
100 g panna fresca montata
40 g zucchero semolato
25 g zucchero a velo – 1 lime

PER LA PASTA FROLLA
Lavorate velocemente con la punta delle dita le farine con lo zucchero, il burro a pezzetti e una presa di sale ottenendo un composto farinoso grossolano. Mescolatelo con l'uovo, modellatelo a palla, avvolgetelo nella pellicola e fatelo riposare per 1 ora in frigorifero.
PER IL RIPIENO
Raccogliete in una casseruola 100 g di mirtilli, lo zucchero semolato e 1 cucchiaio di acqua. Scaldate sul fuoco bassissimo e cuocete per 3-4 minuti dal bollore, quindi frullate e lasciate raffreddare la salsa (coulis).
Mescolate lo yogurt greco con lo zucchero a velo, la scorza grattugiata del lime e incorporate delicatamente la panna montata. Mettete in frigorifero fino al momento dell'uso.
PER LA CROSTATA
Stendete la pasta frolla in un disco (ø 28 cm) spesso 3 mm. Con esso foderate una tortiera da 20 cm. Rifilate il bordo, spennellatelo con un tuorlo sbattuto con un po' di latte. Cospargetelo con la granella di nocciole. Disponete sulla pasta un disco di carta da forno, riempite la tortiera di legumi secchi e cuocete in bianco in forno a 180 °C per 20-25 minuti, finché la pasta non sarà ben dorata. Sfornate e fate raffreddare.
Versate il coulis nella crema di yogurt e mescolate brevemente per ottenere un effetto marmorizzato.
Riempite la crostata con la crema e completate con i mirtilli rimasti e le more.
Da sapere Il guscio di frolla si può fare un giorno prima e conservare a temperatura ambiente, coperto con un foglio di alluminio.

carta degli abbinamenti

a cura di VALENTINA VERCELLI

14 vini e 2 birre per accompagnare i piatti del nostro ricettario

Conchiglie in zuppetta pag. 38

Un bianco sapido sta bene con le conchiglie, e in più bilancia le note zuccherine dell'anguria. Provate l'abbinamento con il raffinato **Lugana Montunal 2017** di **Montonale**. *12 euro. montonale.com*

Pasta alla Norma pag. 42 – **Calamari e fichi** pag. 52

Il **Nero d'Avola**, in versione rosé, è perfetto sia con un classico siciliano sia con i molluschi. Il **Gerbino Rosato 2017** di **Di Giovanna** è fruttato e super piacevole. *12 euro. di-giovanna.com*

Melanzane arrostite pag. 47

Una birra bianca, leggera e dissetante, sta benissimo con le verdure e i formaggi freschi. Noi abbiamo scelto la **Eden Blanche** di **Orso Verde**, agrumata, con finale acidulo. *4 euro la bottiglia da 50 cl. birraorsoverde.com*

Fondue bourguignonne pag. 57

Carni rosse e **Pinot Nero**: funziona anche d'estate. E se il vino non è troppo strutturato, si può servire più fresco del solito. Provate con il **Costa del Nero 2016** di **Conte Vistarino**. *12,50 euro. contevistarino.it*

Gamberi con salsa tropicale pag. 40

Un **Franciacorta Brut** freschissimo, per un piatto di pari caratteristiche. Quello di **Ronco Calino** è immediato ed elegante insieme e ha un buon rapporto tra la qualità e il prezzo. *21 euro. roncocalino.it*

Insalata di grano saraceno pag. 43

Serve un vino delicato con i primi piatti a base di verdure e legumi. Il **Bardolino Chiaretto 2017** di **Giovanna Tantini** è un rosato fragrante, prodotto con corvina, rondinella e molinara, le stesse uve dell'Amarone. *9 euro. giovannatantini.it*

Ratatouille pag. 47 **Pesce spada** pag. 49

Un rosato del Sud, pieno di carattere. Ecco l'identikit del vino adatto per pesci nobili con verdure. Il **Girofle 2017** di **Severino Garofano**, a base di negroamaro, ci ha conquistato per la sua scorrevolezza. *9,50 euro. vinigarofano.it*

Arrosto freddo e melanzane pag. 57

Un rosso di montagna, intenso ed equilibrato, servito a temperatura di cantina, è perfetto con l'arrosto freddo. Un'ottima scelta è il **Terre di San Leonardo 2015**, prodotto in Trentino con uve merlot e cabernet. *13 euro. sanleonardo.it*

Crema di avocado pag. 41 – **Sgombro e zucchine** pag. 49

Un bianco minerale e di buona acidità, come il **Riesling**, si accorda con la consistenza cremosa dell'avocado e con il pesce azzurro. L'**Una Tantum 2014** è una novità della cantina trentina **Cavit**. *24 euro. cavit.it*

Testaroli al pesto pag. 44 – **Tuorlo marinato** pag. 53

Un bianco ligure come il **Pigato** è un classico sempre di grande soddisfazione con il pesto. Il **2017** di **Cascina Terre Rosse** è perfetto anche insieme all'uovo con le zucchine trombetta. *19 euro. tel. 019698782*

Polpo all'orientale pag. 50

Il **Pinot Grigio** è uno dei bianchi che meglio si accordano con le ricette speziate. Vi consigliamo il **2017** di **Masùt da Rive**, che nasce in Friuli e ha intriganti profumi di mela, agrumi e fiori. *13,50 euro. masutdarive.com*

Torta dacquoise pag. 59

Un **Gewürztraminer passito** dell'Alto Adige, con i suoi profumi di albicocca e dattero, si accorda bene con questo dolce alle mandorle. Tra i migliori della regione il **Cashmere 2013** di **Elena Walch**. *54 euro. elenawalch.com*

Bruschette alla greca pag. 41

Con lo tzatziki, simbolo della Grecia e delle vacanze, ottima una birra chiara e freschissima, come la **Marilyn**, prodotta da **Il Birrificio di Como**. Delicata e dissetante. *7 euro la bottiglia da 75 cl. ilbirrificio.it*

Chips con peperoni pag. 45 – **Persico tonnato** pag. 50

Bianco, piemontese e d'annata: è la scelta più azzeccata per accompagnare ricette con peperoni e salsa tonnata. Con il **Langhe Arneis Blangé 2017** di **Ceretto** si va sul sicuro. *16 euro. ceretto.com*

Pollo alle erbe pag. 54

Un rosso fruttato, da servire con qualche grado in meno, va d'accordo con il nostro pollo. Ci ha convinto il **Salice Salentino 2015** di **Varvaglione 1921** con i suoi profumi di caffè e vaniglia. *12,50 euro. varvaglione.com*

Crostata di bosco pag. 60

Una bollicina rosata morbida è ideale per i dolci con mirtilli e more. Ancora meglio se ha un ridotto contenuto alcolico, come lo **Spumante Extra Dry Rosé** di **Freschello**, da uve raboso e merlot. *5,50 euro. freschello.it*

dispensa

Come tutti, anche noi facciamo la spesa. Ecco quello che abbiamo messo nel carrello per la cucina di questo numero

1. Ricco di sali minerali, il Grano saraceno **Fior di loto** è ideale per preparare un primo piatto rinfrescante da condire con verdure e formaggi bianchi.

2. La Sfogliata **Giovanni Rana** cuoce in 25-30 minuti. Ha un sapore fragrante e ricco perché è fatta con il burro (non con l'olio di palma).

3. Un'elegante bottiglia di vetro scuro lavorato contiene l'Olio extravergine di oliva **Carapelli Bio**. Con beccuccio tagliagoccia.

4. Zarotti ha scelto l'olio extravergine di oliva italiano biologico per conservare i suoi carnosi e saporiti Filetti di alici.

5. Le piccole Olive taggiasche in salamoia **Fratelli Carli** danno sapidità a tante ricette, aggiunte in cottura o come complemento finale.

6. Lo Yogurt greco Total 5% **Fage** ha la giusta compattezza per farcire i dolci. Come la nostra crostata di bosco.

7. Per pranzi e spuntini estivi il Tonno sott'olio **Asdomar** è un comodo jolly. Anche frullato in salsa, per accompagnare il pesce e le carni fredde e da spalmare sui crostini, all'aperitivo.

8. Con il Preparato **Molino Rossetto** si sfornano torte di nocciole in poche mosse. Basta aggiungere burro, uova, acqua e lievito.

9. Esselunga nel 1999 ha creato la linea Bio. Noi abbiamo usato il Burro nella torta dacquoise con le albicocche.

10. Da tenere pronto per quando finisce quello fresco, il latte Zymil UHT Bio **Parmalat** ha solo l'1% di grassi e lo 0,1% di lattosio.

11. Il Mio Dado **Star** Vegetale è preparato con nove verdure: cipolle, carote, patate, porri, pomodori, sedano, spinaci, aglio e prezzemolo. Provatelo per cuocere il grano saraceno.

12. Sono cotti al vapore i Fagioli cannellini **Bonduelle**. In questo modo conservano la giusta consistenza e non è necessario scolarli perché non hanno liquido di governo.

13. Emilia, il cioccolato fondente extra 70% di **Zaini**, d'estate è quello che serve, insieme a zucchero di canna, cacao e acqua, per preparare una granita super dark.

14. Studiata per fare tagliatelle, spaghetti alla chitarra, orecchiette..., la Farina Petra 7220 per pasta fresca **Molino Quaglia** ha una grande capacità di assorbire i liquidi. Noi l'abbiamo usata per i testaroli.

FOTO **R. LETTIERI**, STYLING **B. PRADA**

CAPIRE LA BIRRA

Agli italiani la birra piace sempre di più. Secondo i dati di Assobirra, nel 2017 la produzione nazionale si è attestata sui 15,6 milioni di ettolitri, 7,5% in più rispetto al 2016. Crescono anche i consumi: ogni anno ne beviamo 31,8 litri a testa.

Aperitivo in spiaggia, grigliata, pizza. O semplice sete. Per tutto c'è il boccale giusto, appagante e di compagnia

La storia
Era famosa già tra gli Etruschi, che la chiamavano «pevakh». Poi il baricentro si è spostato nei paesi del Nord e del Centro Europa. In Italia, patria del vino, non ha avuto molto successo fino al XIX secolo, quando sotto l'influenza della dominazione asburgica iniziarono a nascere i primi birrifici. Tra i più antichi, Wührer a Brescia (1829) e Dreher a Trieste (1865), e gli italiani Spluga in Valchiavenna (1840), Peroni a Vigevano (1845), Menabrea a Biella (1846), Moretti a Udine (1859) e Poretti a Induno Olona (1877).

Che cos'è
Una bevanda moderatamente alcolica, che si ottiene dalla fermentazione di un mosto a base di malto, per opera dei lieviti. Ci sono altri due ingredienti di fondamentale importanza: l'acqua (non per niente un tempo gli stabilimenti nascevano sempre vicino a una sorgente) e il luppolo, che aggiunge le tipiche note aromatiche amarognole.

Gli stili
Sono tantissimi e, complice la grande diffusione dei microbirrifici artigianali, sono sempre più conosciuti anche in Italia. Tra le birre più amate ci sono le Pils, chiare, poco alcoliche, originarie della Boemia; le Ale, tipiche soprattutto dell'Inghilterra, hanno un sapore pieno e fruttato, con un finale più o meno amaro; le Bock, tedesche a bassa fermentazione, spesso di colore ambrato; le Stout, originarie dell'Irlanda, scure e con una schiuma molto cremosa; le Weizen, a base di frumento, profumate, fresche e acidule; e poi le rinomate birre di Abbazia, tradizionali del Belgio, complesse e più alcoliche.

LE NOSTRE PREFERITE

Grand Cru Birra Moretti
Ambrata, ha un gusto intenso e ricco, con profumi di erbe e agrumi e un finale che sa di spezie e di miele. 4,49 euro la bottiglia da 75 cl. *birramoretti.it*

7 Luppoli L'Esotica Birrificio Angelo Poretti
Sette varietà di luppolo più l'aggiunta del mango danno a questa chiara non filtrata un carattere molto originale. 1,89 euro, la bottiglia da 33 cl. *birrificioangeloporetti.it*

Felsenkeller Forst
Arriva dal birrificio più celebre dell'Alto Adige questa chiara torbida, non filtrata e non pastorizzata, che ci è piaciuta con il suo sapore pieno e morbido. Il cartone da 24 bottiglie costa 20 euro. *forst.it*

Gli abbinamenti
Grazie alla grande varietà degli stili, le birre possono andare d'accordo anche con piatti articolati e ingredienti di solito difficili da abbinare. Provare per credere con ricette a base di carciofi o insalate miste e birre Lager. Accostamenti sorprendenti tra le Stout e conchiglie, molluschi e frutti di mare oppure tra le zuppe di legumi e le rosse irlandesi. E se invece cercate un'unica birra per tutto il pasto, puntate su un'Ale.

TESTI **VALENTINA VERCELLI**, FOTO **JACK ANDERSEN/GETTY IMAGES**

Frutto d'Italia

Porta in Tavola la Sicilia

La "Cultivar Siciliana"
Nocellara del Belice D.O.P. si abbina bene con gli antipasti, i primi e i secondi piatti di carne o di pesce.

Questa linea nasce per promuovere le nostre Olive da Tavola a tipicità Regionale.
Ogni frutto si distingue per il gusto unico, l'inconfondibile sapore, la consistenza e la croccantezza.
Sono olive ricche di aromi e profumi che ci rimandano ai luoghi autentici in cui nascono.

20 Gustose varietà, pronte per far festa in cucina, provale tutte !

WWW.MADAMAOLIVA.IT

RACCONTI SOTTO L'OMBRELLONE

Agognate vacanze, qualche istante, finalmente, da dedicare alla lettura. Questo mese Angela Odone non ha selezionato dei libri, ma ha chiesto a tre giovani autori di scrivere per noi. Gianni Biondillo, Federico Baccomo e Filippo Petitto hanno risposto, con spirito, all'appello

Una tragedia familiare

DI GIANNI BIONDILLO

«Ha mai pensato di rivalutare il suo regime alimentare?».

Adoro il mio nuovo medico di base. Ben educato, attento, preciso. Ha voluto farmi una visita generale, accuratissima. Mentre compila con i miei dati un formulario al computer butta lì quella frase, con non curanza. Io mi sto allacciando la camicia. Sorrido. So cosa vuol dire: sei un ciccione, te ne rendi conto? Ma detto in quel modo, così forbito, sembra una cosa dolcissima.

Prendo un bel respiro e mi siedo di fronte a lui. «Non è così semplice», rispondo.

Lui alza lo sguardo dal monitor. S'acciglia, incuriosito. «Fa una colazione regolare?». Annuisco, convintamente. «Mangia spesso fuori pasto, in modo irregolare?».

«No, macché, regolarissimo».

«All'ora di pranzo, magari va in quei fast food...».

«...una volta all'anno al massimo».

«... cena con cibo surgelato...».

«Ma figuriamoci...».

«... junk food da mettere nel forno a microonde...».

«Non ci penso proprio».

«... merendine, gelati, patatine fritte...».

«Praticamente mai».

Si lascia andare sulla spalliera della sedia. «Curioso», dice a se stesso. «Non capisco allora...».

Sono il suo ultimo paziente oggi. Fuori è già scuro. Siamo soli. Sento che è giunto il momento di rivelargli il mio terribile segreto. «È che... insomma... sono un uomo sposato».

Le sue sopracciglia si inarcano. «Scusi, ma che c'entra?».

«È perché non conosce mia moglie».

«Sua moglie?». Trattiene una risata. «Che fa, lo lega alla sedia e lo imbottisce di cibo?». Ecco, questa non è una frase da lui. Se ne rende conto da solo, mentre osserva il mio sguardo affranto. «Mi scusi, non volevo...».

«Ma si figuri. Lo so da solo di sembrare ridicolo. Ma, vede... a mia moglie piace cucinare».

«Non ci trovo nulla di strano, anche io, quando mi capita...».

«No, no... non è come crede. Non è come quando si chiamano i parenti e si prepara una cena natalizia. Fosse solo quello...», la mia voce si fa più stentorea. «Ieri, per dire... ieri... che giorno era?».

Il dottore ci pensa su un attimo: «Martedì».

«Ecco, appunto. Un banalissimo martedì. Sa cos'ho mangiato ieri sera? Vitello in crosta. Le sembra normale?».

«Di martedì?».

«Già. Immagini cosa succede la domenica. È un incubo. Inizia a preparare il ragù dal giorno prima. E sono tagliatelle, lasagne, gnocchi...». Lo guardo negli occhi. «Inutile dirle che li fa lei gli gnocchi, uno per uno».

«Sua moglie è... casalinga?».

«Dio me ne scampi, ci mancherebbe solo quello!».

«Lavora?».

«Eccome. Un lavoro stressante, pieno di responsabilità».

«Ma allora dove trova il tempo per...».

«È quello che mi chiedo anch'io. Ma come fai, le dico. Sa quante volte ci provo: cara riposa, stasera cucino io. Faccio una cosa semplice, veloce».

«E sua moglie?».

«Dice di essere contenta che mi preoccupo per lei. Poi però viene in cucina, con la scusa di fare due chiacchiere, e già che c'è controlla il sale, le verdure sulla griglia, la cottura della carne...».

«Ma perché lo fa?».

«Perché si diverte».

«A disturbarla mentre cucina? È un dispetto? Avete delle tensioni fra voi, è una forma velata di critica nei suoi confronti?».

«No, no, cos'ha capito? Noi ci adoriamo. Non potrei vivere senza di lei. Abbiamo due figlie bellissime, siamo una famiglia felice».

Il dottore appoggia i gomiti sulla scrivania e immerge la testa fra le mani. «Scusi, ma io proprio non capisco».

«Mia moglie si diverte a cucinare. È una passione. La rilassa. Ogni giorno ne inventa una nuova. L'ha preso dalla madre, mia suocera era una donna magnifica, ma le porzioni che cucinava erano...», sorrido sornione. «Diciamo un po' abbondanti».

«Quindi sono le dosi che...».

«La sua teoria è che non deve mancare mai niente in casa. "Metti che arrivi qualcuno all'ultimo, cosa gli do?", dice».

Il dottore scuote il capo, con disappunto. «Sì, va bene, ma non è che ora la gente va in casa d'altri, senza...».

Lo gelo con lo sguardo. «Magari, dottore mio, magari. È che invece in casa mia la gente ci viene».

«Così, senza avvertire?».

«Esatto. A mia moglie piace invitare gente a cena. Li rimpinza e poi, come non bastasse, prepara dei pacchetti con gli avanzi, da portare via. Avanzi... si fa per dire... sono cene fatte e finite».

«Sta scherzando, vero?».

«Casa mia è un continuo va e vieni. "Ma come si sta bene da voi", oppure: "C'è quest'aria di famiglia d'altri tempi", e lei: "Tornate quando volete"... e dai una volta, e dai un'altra, alla fine la gente se passa sotto casa una citofonata la fa, non si sa mai».

«Ma è un incubo».

«Lei non ne ha idea. In certi momenti è pure imbarazzante».

«Posso immaginare. Tutti questi inopportuni che...».

«Ma va... io mi imbarazzo proprio per loro. Che, poveretti, ogni volta vengono con qualcosa in mano, giusto per non sfigurare... E poi...», mi viene da ridere.

Il dottore è catturato dal racconto: «E poi?».

«Le faccio un esempio. Il mese scorso, era Pasqua. Mia moglie, fra le altre, decide di preparare anche la pastiera...». Lo guardo. «Ha presente il dolce pasquale...». Lui annuisce. «Mia moglie è di origine casertana, la pastiera è obbligatoria...».

«Be', le tradizioni, capisco».

«No lei non capisce... mia moglie non cuoce una pastiera. Ne cuoce decine».

«Cosa?».

«Sì. Le fa e le regala. Chiunque passi da casa mia ne esce con una pastiera fra le mani. E allora, dato che tutti lo sanno, provano a controbilanciare. La scorsa Pasqua, le stavo dicendo, sono venuti a trovarci dei carissimi amici, con una bella colomba pasquale, di quelle da pasticceria, non cose dozzinali. E...», la voce mi muore in gola. Gli occhi s'inumidiscono...

GIANNI BIONDILLO

(Milano, 1966)
Camminatore, scrittore e architetto. Nel 2011 il noir *I materiali del killer* ha vinto il Premio Scerbanenco. Nel 2018 *Come sugli alberi le foglie* ha vinto il Premio Bergamo. Scrive per il cinema, il teatro e la televisione. Fa parte della redazione di *Nazione Indiana*, collabora con *Abitare* e altre riviste nazionali. È tradotto in varie lingue europee.

«E?... oddio, me lo dica, non può lasciarmi così...».

«E mia moglie», mi asciugo una lacrima. «Già che c'era aveva trovato pure il tempo di cucinare delle colombe pasquali».

Il dottore sgrana gli occhi, è attonito. «Non è possibile. Nessuno inforna a casa una colomba».

Gli prendo le mani, d'istinto. «Capisce quale dramma sto passando? È fatta così. Se vogliamo delle trenette al pesto lei prende il basilico che ha piantato sul balcone e lo prepara lì, al momento. E appena arriva l'estate io e le mie figlie passiamo una settimana con lei a fare le conserve di pomodoro. Alla fine noi siamo distrutti e lei è felice».

«Felice?».

«Sì, felice. Si rilassa così... sente di avere fatto qualcosa di buono». Scuoto il capo, senza forze. «Ma sa qual è la vera tragedia?».

Il dottore sgrana gli occhi, sembra terrorizzato. Poi però cerca di riprendere una posa più pacata. «Me lo dica», mi intima, pronto a sorbirsi anche la più terrificante verità.

Mi avvicino, come non volessi che alcun estraneo ascolti il mio segreto. «È brava. Mia moglie è brava a cucinare. Cucina in modo straordinario. Io provo a mangiare il meno possibile, ma è come una droga. Non riesco a fermarmi. Ogni cosa che cucina la devo assaggiare. Mi commuove ogni cosa che fa... il polpo... oddio se ci penso mi viene fame... lei non ha idea di cosa sia il suo polpo con le patate...».

«Con le patate», ripete incantato il dottore. Ha un dubbio. «E quanto ci mette a cuocerlo? Perché, sa, io ogni volta non so mai esattamente...».

«E chi lo sa... È inutile chiederglielo. Non lo dice a nessuno. Glissa».

«Glissa?».

«Una volta a questa domanda le ho sentito rispondere, giuro... "il solito". Allora l'altro insisteva: "Cosa vuol dire il solito?". E lei: "Mah... un quarto d'ora, due ore"...».

«Ma che risposta è?».

«Appunto! Glissa. I suoi segreti li ha imparati dalla madre. Li vuole consegnare alle figlie. E a loro solo».

Restiamo in silenzio per qualche secondo. Poi il dottore guarda l'ora. «Oddio, ma è tardissimo». Si alza, come a inseguire un pensiero. «Insomma, ho capito... mi rendo conto della sua situazione... facciamo così allora», rovista dal cassetto e poi mi porge un biglietto da visita. «Le consiglio questa palestra. Ginnastica funzionale. Due... mhm... facciamo tre volte alla settimana. Bruci. Bruci tutto quello che mangia. Non ha molte alternative, da quel che comprendo».

Mi alzo anch'io, lo abbraccio con gratitudine.

Lui mi accompagna alla porta. «Tagliatelle al ragù», dice fra sé. «Polpo con le patate, vitello in crosta, pastiera...».

Lo guardo. Ho capito. Tanto lo so, va sempre a finire così. «Mi dica, dottore, ha impegni per la cena?».

FOTO AG. 123RF

La cena dell'inaugurazione

DI FEDERICO BACCOMO

Dalla porta sul fondo della saletta, la testa del ristoratore si affacciò per la terza volta (ma la moglie obiettò che fosse almeno la dodicesima) per controllare che tutto procedesse bene. E tutto sembrava procedere bene.

La tavolata era festosa, piena di allegria. Un folto gruppo affiatato, tutti uomini, probabilmente colleghi di lavoro, o amici in viaggio, o chissà che altro.

«Perché non gli chiedi che ci fanno da queste parti?», gli aveva domandato la moglie. Il ristoratore aveva scosso la testa inorridito, guardandola come a dire, Ma che razza di idee ti saltano in mente, pettegola che non sei altro. Anche se subito dopo pensò, Oddio, in realtà non è poi una cattiva idea, anzi, poteva essere un segno di cortesia. E poi anche lui moriva dalla voglia di sapere chi fossero. Da quel poco che aveva capito origliando, uno di loro doveva essere qualcuno di importante, forse persino famoso. Ma sì, perché farsi tanti problemi? Sarebbe andato da loro e glielo avrebbe chiesto.

Fece per entrare ma sulla soglia si bloccò. E se, invece di un tono cortese, gli fosse uscito inquisitorio? A volte gli capitava, come quando chiedeva alla moglie dov'era finito il suo cappello. Anche se non ne aveva l'intenzione, finiva sempre per far sembrare la domanda un'accusa implicita, Sei tu che l'hai messo via!, Sei tu che l'hai perso! Se fosse successo anche coi clienti? Lui cercava di essere gentile chiedendo loro che ci facevano da quelle parti e quelli avrebbero pensato che, neanche troppo velatamente, stava loro intimando di non tornare mai più, facce nuove da quelle parti non ce le volevano. Un terribile passo falso che avrebbe messo a rischio il futuro del suo locale. Lo sanno tutti quanto può far male un passaparola negativo. E poi, a parte ogni considerazione economica, non gli andava di risultare invadente, lui che si era guadagnato la reputazione di uno che sapeva farsi gli affari suoi, uno che una volta quando aveva visto la moglie di suo fratello maggiore mentre si faceva toccare il seno dal medico nel cortile dietro casa aveva tirato avanti ripetendosi tra sé e sé, Non sono faccende che mi riguardano, non sono faccende che mi riguardano (anche se poi, a dirla tutta, gli era sfuggito di confidarlo alla mamma dopo che il fratello gli aveva annunciato trionfale che, finalmente, proprio quando non ci sperava più, i suoi sforzi disperati avevano dato i loro frutti: aspettava un bambino).

Dalla tavola qualcuno chiese altro pane. Il ristoratore urlò: «Subito!» e corse a riempire un paio di cestini.

Quando entrò nella saletta capì immediatamente che era successo qualcosa. Le risate, le chiacchiere, la confusione avevano lasciato posto a un silenzio pieno di apprensione. Il ristoratore lì per lì fu tentato di tornare sui suoi passi, poi però, con tutta la professionalità di cui era capace, avanzò in quel silenzio come fosse erba alta. Avvicinandosi alla tavola a testa bassa, faceva andare gli occhi intorno per studiare quello strano gruppo di persone che apparivano d'un tratto molto cupe, piene di rabbia, una rabbia muta, perfino pacifica.

Appoggiò i cestini sull'angolo più vicino e si girò di scatto per tornare indietro. Poi pensò, Non si lascia il pane così, va messo in centro alla tavola, sciocco che non sono altro. Poi pensò, Sì, ma se mi giro ora, faccio la figura di uno che non sa nemmeno lui cosa vuole. Per cui rimase lì impalato per qualche secondo, senza sapere che fare. Alla fine si voltò e, con una punta di disperazione, chiese: «Porto altro vino?».

Per un lunghissimo istante non arrivò risposta. Poi dalla tavola, uno tra i più giovani disse: «Sì, per piacere». E il ristoratore si dileguò verso la cucina.

Quando si fu lasciato la saletta alle spalle, si fermò a prendere un respiro. Non puoi vivere così, si disse. Non puoi pensare di fare questo lavoro se basta così poco a metterti in confusione. E per un istante volle colpirsi la faccia, punirsi con uno schiaffo, come faceva suo papà quando lasciava cadere un attrezzo per terra. Ma non lo fece. Non doveva essere troppo severo con se stesso. Del resto, quale ristoratore non sarebbe stato un po' nervoso il suo primo giorno di lavoro?

Ristoratore, gli piaceva pensarsi in quella veste. Finalmente quel bastardo di Daniele, il fratello minore, avrebbe smesso di dirgli che era un buono a nulla, uno che nella vita non avrebbe mai combinato niente. Un buono a nulla, uno che nella vita non avrebbe mai combinato niente non apriva certo un ristorante. E in quel momento un pensiero lo colpì come lo schiaffo che non si era dato.

Il nome! Si era dimenticato di dare un nome al suo ristorante! Doveva pensarci subito. Qualcosa di rustico, di verace, qualcosa tipo "La locanda di", aspetta, bisognava pensarci bene, ecco, sì, "La locanda della buona sorte". Bello, bellissimo. La locanda della buona sorte.

Dalla saletta arrivò una voce: «Allora, questo vino?».

Porca miseria, si era dimenticato il vino. Con il cuore che prendeva a martellare, corse a prendere una caraffa di rosso. Dopodiché, in tutta fretta, la portò in tavola. L'uomo che poco prima aveva chiesto il pane (il ristoratore notò di passaggio che i cestini erano stati spazzolati) gli fece cenno di portare il vino a lui e il ristoratore eseguì.

«Avete bisogno di altro?», domandò. «Qui alla Locanda della buona sorte siamo sempre pronti a…». Ma l'uomo lo interruppe con un sorriso pieno di serenità.

Il ristoratore, tornando indietro, pensò che in fondo non stava andando poi male. Tutt'altro. La sua locanda, ne era certo, sarebbe diventata famosa per tutta la città, avrebbe ospitato personalità importanti, feste, matrimoni, sarebbero venuti anche da fuori e tutti avrebbero detto, Se volete passare una bella serata, andate lì, è la Locanda della buona sorte, di nome e di fatto. E con questo pensiero che gli occupava la testa lasciò la saletta senza far caso alle buffe parole che l'uomo a cui aveva lasciato la caraffa stava pronunciando: «Prendete e bevetene tutti, questo è il mio sangue versato per voi».

FEDERICO BACCOMO
(Milano, 1978)
È scrittore e sceneggiatore. Il suo ultimo libro, del 2017, si intitola *Anna sta mentendo*. Entrambi i suoi primi romanzi *Studio illegale* e *La gente che sta bene* sono diventati film.

Una cena memorabile

di Filippo Petitto

La tavola era stata imbandita in maniera sontuosa come sempre e solo dopo che Cosimo e Rachele si furono accomodati ed ebbero dato il loro assenso con un rallentato movimento delle palpebre, i due figuranti travestiti da maggiordomi ritrassero con la massima cautela le mani e si diressero a passo felpato verso la cucina. Al centro della tavola, a sua volta al centro dello studio cinque della sede Rai di Corso Sempione, si ergeva un candelabro a quindici bracci il quale, nell'intenzione degli autori del reality Cene memorabili, doveva interporre tra i due concorrenti una velatura di luce ambigua e tremula capace di trasformare la realtà in un miraggio e viceversa.

Agli angoli della sala c'erano quattro cameramen, isolati dietro un paravento di cristallo per evitare che potessero cagionare una qualche perturbazione. Nessuno, tranne i due camerieri addestrati a muoversi con la levità dei fantasmi, poteva mettere piede nello studio. La sfida era titanica e gli spettatori non dovevano avere la minima impressione che qualcosa fosse andato storto per colpe non imputabili ai concorrenti. In palio c'era un assegno che avrebbe regalato alla coppia la possibilità di convolare a nozze in pompa magna, viaggiare per tre mesi in giro per il mondo e al ritorno prendere alloggio in un appartamento ristrutturato da un celebre architetto. Era da cinque anni che il programma andava in onda e nessuno ancora era riuscito ad arrivare a fine cena e vincere il premio. Anche questa volta il menu era stato selezionato senza alcun riguardo per l'abbinamento dei sapori, dei profumi e dei colori, ma in ossequio ad un unico e folle criterio: la complessità dei gesti che i promessi sposi Cosimo e Rachele avrebbero dovuto disegnare per piluccare ogni singola vivanda.

Gli antipasti furono a bella posta a base di frutti di mare, che gli imposero di aprire il guscio evitando scatti, estrarre il frutto senza scosse e deglutirlo in assenza di masticazione. Per la medesima ragione gli fu servita una zuppa in una scodella troppo larga, che li costrinse a dragare più e più volte con il cucchiaio il fondo di ceramica per non violare il divieto di lasciare avanzi. Tra una portata e l'altra i due commensali ossequiarono l'obbligo di bere un sorso di vino, facendo precedere il sollevamento della coppa da una prudente elongazione delle dita in direzione del tovagliolo, da portare alle labbra con movimenti tardigradi per poi restituirlo, ogni volta meno immacolato, all'esatta posizione originaria. Fu poi la volta di un tris di pasta, in cui l'azzardo era sospeso all'intuizione di quale sarebbe stata l'area del piatto verso cui l'altro avrebbe indirizzato i rebbi della propria forchetta e il numero esatto di tortellini o gnocchi o paccheri che avrebbe trafitto: mancare la previsione sarebbe stato esiziale. Sia Cosimo che Rachele sapevano che la parte più difficile erano le portate proteiche, perché le pressioni delle forchette per tenere immobile il tocco di carne dovevano essere bilanciate, e l'andirivieni dei coltelli sincronizzato, senza poter scambiare una parola.

FILIPPO PETITTO
Nato dal più grande funambolo francese e da una mozzarella di bufala, ha sposato una baguette, che gli ha regalato tre figli senza glutine. Non ama farsi ritrarre né apparire in pubblico, forse perché sgocciola.

Ma in cosa consisteva la disfida? Qual era la prova da superare? Si trattava di una danza? Di una pantomima a cui i telespettatori avrebbero assegnato un voto dal quale sarebbe dipeso l'esito favorevole o catastrofico del cimento?

Intanto i due promessi sposi persistevano nel tracciare nell'aere una coreografia simmetrica e impassibile che aveva tuttavia qualcosa di sensuale: un tango in assenza di contatto in cui ad ogni gesto corrispondeva un contro-gesto ugualmente ampio o contenuto, rapido o frenato: come se gli arti di entrambi fossero governati da una volontà comune. Il pubblico da casa seguiva in apprensione i loro movimenti, paventando che la perfezione cinematica di quel tango potesse essere sfregiata dal ritardo millimetrico di una falange, da un errore di inclinazione della testa, da una minore apertura dell'articolazione del gomito dell'ordine del decimo di grado: errori capaci di provocare un rovinoso casqué.

Superato indenni lo scoglio delle carni, del sorbetto al limone, del pesce da spinare con più circospezione di quanta ne occorresse per deglutirlo e infine dei dolci, Cosimo e Rachele si scambiarono due sorrisi così luminosi da valicare in entrambe le direzioni la cortina gialla delle candele in combustione. Nemmeno loro si capacitavano d'essere riusciti nell'impresa: se ne stavano increduli, agganciati al bordo del tavolo per tramite dei due seggiolini per neonato costruiti su misura. Avevano i piedi penzoloni, che si erano ben guardati dal dondolare per tutta la durata della cena. Il motivo risiedeva nella circostanza che la tavola imbandita aveva la forma di un cono rovesciato, il cui vertice rappresentava l'unico punto di contatto con il pavimento. La sfida, a cui si erano addestrati per diversi mesi prima di dichiararsi pronti, consisteva nel rimanere in equilibrio fino all'ultima portata.

Sennonché i due figuranti che li avevano serviti premurandosi di non compromettere il loro equilibrio instabile tornarono al centro della scena. Il primo sollevò con la massima accortezza il candelabro, il secondo collocò al suo posto un cestello da ghiaccio che conteneva due bottiglie di champagne.

Cosimo e Rachele non avevano messo in conto tale eventualità. A nessuno dei due era venuto in mente che la cena si sarebbe conclusa con un brindisi, a cui non erano preparati.

Una goccia di sudore imperlò la tempia sinistra di Cosimo. Rachele si premurò di distillarne una identica per bilanciare il peso.

Si guardarono negli occhi e inspirarono con discrezione, convenendo per via telepatica che i prossimi gesti andavano eseguiti in apnea.

Si protesero in avanti.

Ognuno estrasse con la mano destra una bottiglia sgocciolante e ne fece tintinnare il collo, a quote di volo differenti ma all'unisono, contro il bordo del calice che l'altro reggeva con la sinistra.

Dopo aver restituito le bottiglie al cestello, Cosimo e Rachele si scambiarono un secondo sguardo. Sarebbe stato sufficiente levare in alto i calici e umettare le labbra con il nettare d'oltralpe; invece vollero superare i propri limiti venendosi incontro impunemente, per esibirsi in un plateale brindisi incrociato.

Atri racconti su lacucinaitaliana.it

Re Mare

Siamo andati a mangiare a Forte dei Marmi. Col cappello di paglia in testa e gli occhiali da sole abbiamo raccolto le ricette che si preparano a pranzo in due storici bagni. Senza saltare colazione, merenda e aperitivo

Testi **ANGELA ODONE**, Foto **MATTEO CARASSALE**

TROFIE AI RICCI DI MARE E TARTUFO NERO TOSCANO

Pranzo al Bagno Dalmazia

Aperto da aprile a ottobre, è lo stabilimento dell'hotel Principe Forte dei Marmi. La cucina del ristorante, guidata dallo chef Valentino Cassanelli, propone piatti della tradizione toscana, di pesce e di carne, da assaporare guardando il blu all'orizzonte.

In alto, a sinistra, i tavoli apparecchiati davanti alle cabine; qui a destra, la vista della spiaggia dalla veranda del ristorante.

Valentino Cassanelli nasce a Modena e fin da bambino impara a tirare la sfoglia guardando la nonna. Da quel momento capisce che la cucina sarà la sua vita. Dopo aver lavorato a Londra (Locanda Locatelli, Nobu), sarà decisivo l'incontro con Carlo Cracco. Nel 2012 arriva all'hotel Principe Forte dei Marmi per seguirne tutte le cucine, da quella del ristorante stellato Lux Lucis a quella dello stabilimento balneare.

Galletto con gazpacho di peperoni e fagioli mangiatutto

Impegno Medio
Tempo 1 ora più 8 ore di riposo

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 1,4 kg **2 galletti**
- 12 **fagioli mangiatutto**
- 1 **pomodoro**
- 1 **peperone rosso**
- 1 **piccola cipolla rossa**
- **pane casareccio raffermo**
- **aceto di vino bianco**
- **peperoncino fresco**
- **basilico – alloro**
- **limoni – aglio – rosmarino**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale – pepe**

PER I GALLETTI
Disossateli completamente (eccetto le ali) e divideteli a metà per il lungo, così da ottenere 4 mezzi galletti. Potete chiedere al macellaio di farlo per voi.
Accomodateli in una pirofila, conditeli con fette di limone, qualche foglia di alloro, 1 rametto di rosmarino, 1 spicchio di aglio con la buccia e olio; sigillate la pirofila e fate marinare per una notte in frigorifero.
Ripulite i galletti dalla marinata e accomodateli ben distesi in una o due grandi casseruole da forno velate di olio; schiacciateli con un coperchio tenuto fermo da un peso e cuoceteli sulla fiamma vivace per 8-9 minuti per lato, cominciando da quello della polpa.
Completate la cottura in forno a 180 °C per altri 7 minuti. Volendo, al termine della cottura potete rifilarli.
PER IL GAZPACHO
Ammollate una fetta di pane con acqua e aceto.
Tagliate in fettine sottili il peperone, il pomodoro e la cipolla; raccogliete tutto in una ciotola con il pane ammollato e leggermente strizzato. Salate, pepate, insaporite con qualche fettina di peperoncino e 5-6 foglie di basilico spezzettate. Sigillate la ciotola e mettete a riposare in frigo per una notte, insieme ai galletti.
Frullate alla fine con un filo di olio; per una consistenza liscia, passate il gazpacho al setaccio.
PER I FAGIOLI MANGIATUTTO
Tagliateli in losanghe di 6-8 cm, sbollentateli in acqua salata per 3 minuti, scolateli e conditeli con sale, olio e succo di limone.
Distribuite il gazpacho nei piatti, accomodate in ognuno mezzo galletto, qualche losanga di fagiolo mangiatutto e completate con un filo di olio e qualche fogliolina di basilico.

Trancio di branzino al forno con patate, pomodori e cipolla

Impegno Medio
Tempo 1 ora
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 1,3 kg **1 branzino eviscerato**
- 2 **pomodori tipo canestrino**
- 2 **patate di media grandezza**
- 1 **cipolla rossa**
- **basilico**
- **vino bianco secco**
- **olive taggiasche snocciolate**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale – pepe**

Squamate, sfilettate il branzino e tagliate ciascun filetto in 2 così da ottenere 4 tranci di filetto. Incidetene la pelle con 2-3 tagli paralleli.
Mondate le patate, i pomodori e la cipolla e tagliateli a rondelle sottili.
Preparate 4 fogli di carta da forno e su ognuno create una «millefoglie» alternando le rondelle di patata, cipolla e pomodoro; condite con un filo di olio, sale, pepe e un paio di cucchiai di vino. Chiudete il cartoccio e infornate a 180 °C per 15 minuti.
Sfornate i cartocci, apriteli, accomodate su ogni «millefoglie» un trancio di branzino, unite 5-6 olive, se necessario unite ancora una spruzzata di vino, richiudete il cartoccio e completate la cottura in 10-12 minuti.
Sfornate, eliminate il cartoccio e servite con basilico e una rondella di pomodoro fresco a piacere.

Trofie ai ricci di mare e tartufo nero toscano

Impegno Per esperti
Tempo 1 ora più 1 ora di riposo

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 200 g **farina 00**
- 50 g **semola rimacinata di grano duro**
- 12 **ricci di mare**
- **aglio**
- **composta di peperoncino**
- **tartufo nero estivo**
- **olio extravergine di oliva**
- **burro – sale – pepe**

Impastate la farina e la semola con 110 g di acqua, 1 cucchiaino di olio e un pizzico di sale. Formate un panetto, copritelo con una ciotola e fatelo riposare per 1 ora.
Spolverizzate di farina il piano di lavoro, formate dei filoncini di 2 cm di diametro e tagliateli in tocchetti di 1 cm. Affusolateli muovendo la palma della mano avanti e indietro. Riposizionateli sotto la palma della mano e tirateli verso di voi in senso diagonale formando le trofie (in alternativa, utilizzate quelle già pronte).
Aprite i ricci, ricavate le uova e filtrate il liquido contenuto nel guscio.
Rosolate 1 spicchio di aglio con **la** buccia in una padella grande appena velata di olio; dopo 1-2 minuti unite il liquido dei ricci filtrato e addensatelo sulla fiamma media fino a ottenere una salsa.
Lessate le trofie in abbondante acqua bollente salata, scolatele nella padella con la salsa, unite una bella noce di burro, le uova dei ricci, una macinata di pepe e saltate tutto per pochi secondi.
Disegnate sui piatti una striscia di composta di peperoncino, accomodatevi le trofie e completate con una generosa grattugiata di tartufo. Servite subito.

Mezzogiorno all'Acciughina

Si chiama così il ristorante del Bagno Carducci. Proprio di fianco al pontile, è luogo di pescatori. Tutte le notti, tempo permettendo, Gianni (proprietario insieme alla compagna Chiara) esce in barca per poter offrire ai suoi ospiti il pesce locale più fresco.

Nicola Poli, classe 1997, è il cuoco dell'Acciughina al Carducci. Appena uscito dall'alberghiero si lascia conquistare dalla cucina asiatica che ogni tanto contamina anche i piatti più classici come il Carpaccio di cefalo con maionese al wasabi, qui a sinistra.

ACCIUGHE MARINATE

Acciughe marinate

Impegno Facile
Tempo 45 minuti
più 5 ore di marinatura

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **700 g aceto di vino bianco**
- **32 acciughe fresche pulite idonee al consumo da crude**
- **4 cipolle rosse di Tropea**
- **pane integrale**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale – pepe**

Immergete le acciughe aperte a libro in una soluzione preparata mescolando 700 g di aceto con 300 g di acqua.
Sigillate la ciotola, mettetela in frigo e lasciate marinare le acciughe per 4 ore.
Mondate le cipolle, tagliatele a fettine sottili e sciacquatele ripetutamente sotto l'acqua corrente per rendere più delicato il sapore. Asciugatele con carta da cucina.
Scolate le acciughe marinate e tamponatele con carta da cucina.
Distribuite un primo strato di acciughe in una pirofila, salatele, pepatele, copritele con le fettine di cipolla e poi con uno strato di olio. Ripetete queste operazioni fino a terminare gli ingredienti, avendo cura di chiudere con uno strato di cipolla e di olio.
Sigillate con la pellicola e fate insaporire in frigorifero per 1 ora.
Ricavate 12 fette molto sottili dal pane integrale, ungetele con un filo di olio e accomodatele su una placca; spolverizzate di sale e pepe e arrotolate ottenendo dei cannoli. Infornate a 180 °C per circa 10 minuti.
Distribuite i cannoli nei quattro piatti, accomodate sopra le acciughe con le fettine di cipolla e completate a piacere con una fogliolina di menta.

Spaghetti alla chitarra con le cozze del pontile

Impegno Medio
Tempo 1 ora più 30 minuti di riposo

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- **1,5 kg cozze pulite**
- **280 g farina 0**
- **200 g brodo vegetale**
- **120 g semola rimacinata di grano duro**
- **10-12 pomodorini ciliegia**
- **aglio – basilico**
- **peperoncino fresco**
- **olio extravergine di oliva**
- **sale**

Impastate la farina e la semola con 1 cucchiaio di olio, un pizzico di sale e 200-250 g di acqua ottenendo una pasta omogenea ed elastica. Copritela con un panno umido e fatela riposare fuori del frigo per 30 minuti.
Stendete la pasta col matterello, sul piano infarinato, a uno spessore di circa 4 mm. Tagliatela sulla chitarra e spolverizzate gli spaghetti con la semola per evitare che si attacchino.
Raccogliete 15 cozze in casseruola con un filo di olio, coprite, fatele aprire, sgusciatele e filtrate il liquido di cottura attraverso un colino fine. Sgusciate e tritate le cozze.
Preparate un soffritto di aglio, olio, peperoncino e basilico. Unite le cozze tritate e il resto delle cozze ancora chiuse. Coprite e fate aprire. Bagnate con un mestolino di brodo vegetale e con il liquido di cottura filtrato.
Sgusciate parzialmente le cozze.
Lessate gli spaghetti per 2 minuti in acqua bollente salata, scolateli nella padella con le cozze e terminate la cottura aggiungendo il restante brodo, i pomodorini tagliati e altro basilico.
Servite subito completando a piacere con pomodorini freschi tagliati a spicchi.

ALMAROSA'S PUNCH

Un twist fresco, a base di pesca frullata, del noto Planter's Punch, codificato già nel 1878.
Raccogliete in uno shaker colmo di ghiaccio 4,5 cl di rum, 3,5 cl di frullato di pesca, 3,5 cl di succo di ananas e 3,5 cl di succo di arancia, 1 spruzzata di lime, 3-4 gocce di Angostura, 1 cl di sciroppo di zucchero di canna. Shakerate energicamente per 7-9 secondi e filtrate con uno strainer nel calice. Decorate a piacere con una fettina di pesca o con una fragola e foglioline di menta.

DOUBLE STRAWBERRY

Per chi preferisce bere analcolico, frullati, centrifughe, estratti di frutta e di verdura all'AlmaRosa non mancano.
Raccogliete in un bicchiere da long drink colmo di ghiaccio 4,5 cl di fragole frullate, aggiungete qualche goccia di sciroppo concentrato di fragola, una spruzzata di succo di lime, 3,5 cl di spremuta di arancia e 3,5 cl di spremuta di pompelmo. Mescolate rapidamente e decorate a piacere con fragole e fettine di agrumi.

All'aperitivo tutti da AlmaRosa

Da ventun anni Leonardo e Roberto con il socio Giovanni guidano questo street bar aperto in ogni stagione. «Street» in senso letterale, perché il bello è stare in strada a sorseggiare i cocktail e a chiacchierare. Con buona pace dei vicini (saranno i primi frequentatori?).

Colazione al Caffè Soldi

Tappa irrinunciabile per un cappuccino con un «pezzo dolce». I budini di riso sono così buoni, che c'è chi ne fa scorta per l'autunno. Per portare a casa ancora un po' di vacanza.

BUDINI DI RISO

Impegno Medio
Tempo 2 ore
Vegetariana

INGREDIENTI PER 10-12 PEZZI

700 g farina
450 g burro
275 g zucchero a velo
200 g latte
200 g panna fresca
100 g riso
50 g tuorli
50 g zucchero semolato
1 uovo
crema pasticciera
sale

Impastate lo zucchero a velo e la farina con il burro, a tocchetti; poi unite i tuorli e formate un panetto sodo. Avvolgetelo nella carta da forno e fatelo riposare in frigo per 1 ora.
Cuocete il riso nel latte e nella panna con lo zucchero semolato e un pizzico di sale finché non sarà stracotto e cremoso, mescolando con regolarità (ci vorranno almeno 40 minuti). Insaporitelo a piacere con scorza di limone grattugiata o con i semini raschiati da un baccello di vaniglia e mescolatelo con l'uovo e qualche cucchiaio di crema pasticciera. Raccoglietelo in una tasca da pasticciere.
Stendete la pasta e con essa foderate una dozzina di stampini ovali (6x4 cm, h 4 cm). Riempiteli con la crema e infornate i budini di riso a 190 °C per 25 minuti circa.
Sfornateli, lasciateli intiepidire, sformateli e spolverizzateli con zucchero a velo prima di servirli.

Dall'alto, i budini di riso del Caffè Soldi; un tavolino del dehors con pezzi dolci e salati; Angela Odone fa colazione assistita da Francesco Iraci, il cameriere che alla sera svela il suo lato mixologist; Leonardo Gherardeschi, uno dei pasticcieri del locale.

Focaccia farcita al formaggio; a destra, le schiacciatine, infornate senza sosta; sotto, il pizzaiolo Jonata, i proprietari Roberta e Massimo e, tra loro, Celeste, una dipendente.

Merenda da Valè

E poi, quando meno te lo aspetti, si sente nell'aria il profumo (irresistibile) di focaccia appena sfornata. Che fare? L'unica è andare in piazza da Valè a prenderne una: soffice con crosticina croccante e salata. Da provare anche la versione dolce, senza sale nell'impasto e spolverizzata di zucchero a velo.

SCHIACCIATINE

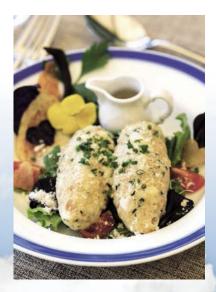
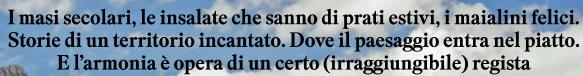
Impegno Medio
Tempo 45 minuti
più 1 ora e 30 minuti di lievitazione
Vegetariana

INGREDIENTI PER 40-50 PEZZI

- **750 g farina**
- **20 g sale**
- **15 g lievito di birra**
- **13 g zucchero semolato**
- **olio extravergine di oliva**

Sciogliete in 250 g di acqua lo zucchero e il lievito di birra.
Impastate la farina con l'acqua e un paio di cucchiai di olio. Proseguite a impastare e aggiungete il sale. Dovrete ottenere una pasta soffice ed elastica. Modellatela formando una palla, copritela con un canovaccio umido e lasciatela lievitare fino al raddoppio del volume (1 ora circa).
Impastate nuovamente e dividete l'impasto in tante palline da 20-25 g. Allargatele con le dita dando la forma di schiacciatina, accomodatele su diverse placche da forno, ungetele di olio, spolverizzatele di sale grosso e lasciatele lievitare per altri 30 minuti.
Infornate le schiacciatine alla temperatura massima del forno (non meno di 250 °C) per 10-12 minuti.
Sfornate e servite tiepide.

IL SAPORE DEL FIENO

I masi secolari, le insalate che sanno di prati estivi, i maialini felici. Storie di un territorio incantato. Dove il paesaggio entra nel piatto. E l'armonia è opera di un certo (irraggiungibile) regista

Testi SARA TIENI, Foto MONICA VINELLA

Una veduta del gruppo Sasso Croce-Lavarella in Val Badia. In alto, da sinistra, Jacob, uno dei cuochi in brigata del maso Saalerwirt, in Val Pusteria; le mele, eccellenza locale; un piatto di canederli al formaggio di malga e un tagliere di salumi serviti sempre al Saalerwirt; la raccolta del fieno che in molti pascoli avviene ancora manualmente; un cervo al pascolo.

Da sinistra, in senso orario, i coniugi Uli e Roman, proprietari e gestori del maso Tló Plazores a San Vigilio di Marebbe; i loro gnocchi alla malva e pomodoro fresco, il sale aromatizzato alle erbe e un flan alle ortiche servito al ristorante.

Arrivando in Alto Adige lo stress sembra dissolversi come una nuvola estiva. I desideri si materializzano mentre li pensi: vi affascinano i cervi? Ecco una radura piena di questi splendidi animali. Voglia di ciliegie? Un albero carico di frutti improvvisamente vi sovrasta. Sembra che ci sia una regia, penso, per tanta perfezione. «Certo», mi rispondono alcuni locali. «C'è. È Dio». Benedetto questo territorio effettivamente lo è. Oltre alle Dolomiti, patrimonio mondiale dell'Unesco, definite da Le Corbusier «l'architettura naturale più bella del mondo», il vanto è l'offerta enogastronomica: oltre a contare 26 stelle Michelin, il territorio produce alcuni dei migliori bianchi nazionali (tra cui il Grüner Veltliner della cantina Pacherhof in Valle Isarco) e da qui viene la più grande produzione di mele in Europa. Sono cinquemila i contadini che lavorano artigianalmente il latte trasformandolo in yogurt e formaggi. A tradurre in menu tutta questa ricchezza sono i masi. Antiche fattorie, oggi sono in gran parte riconvertiti in luoghi di ospitalità adatti a tutta la famiglia.

Burro di malga, yoga e fiori di sambuco

Merita una tappa il maso Saalerwirt (*saalerwirt.com*). Siamo a Santa Maria di Sares, frazione di San Lorenzo di Sebato (Bolzano), in Val Pusteria. Da secoli meta di pellegrinaggio per via della piccola chiesetta dedicata alla Madonna di Loreto, questa località ospita una delle più antiche e rinomate locande delle Alpi. Risalente al XIII secolo, è una locanda a 4 stelle con annessa fattoria, orto biologico e spa con un laghetto naturale dove si può fare il bagno appena usciti dalla sauna o da una sessione di yoga. A gestire questo idillio dal 1882 è la famiglia Tauber. Ad accogliervi la quarta e quinta generazione. C'è Hans, il capofamiglia, una volta cuoco, oggi sostituito dall'elegante moglie Berta, sempre in *dirndl*, il tipico costume tirolese, e tre dei cinque figli: Katharina, appassionata sommelier, Gabriel, in sala, e Magdalena, che si occupa della spa, dove si possono sorseggiare acque aromatizzate alle erbe e tisane artigianali. Tra le specialità invece, servite in terrazza o nella stube in legno di cirmolo del 1730, una deliziosa insalata di timo, verbena e acetosa di campo raccolte ogni giorno da Hans nei prati circostanti, canederli di formaggio con burro fuso di alpeggio o canederli dolci di ricotta con albicocche, ma anche l'*Herrengröstel*, piatto a base di carne di vitello con insalata di crauti e speck e gli impronunciabili *Schlutzkrapfen*, ravioli ripieni di ortica. Una nota speciale per la colazione (anche al sacco, se si vuole): oltre alla selezione di torte farcite con frutta di stagione, ci sono formaggi d'alpeggio e lo sciroppo di sambuco fatto da Berta, oltre al miele prodotto dalle api di Hans. Qui quasi tutta la carta è a «chilometro buono». La carne e le uova delle galline (ruspanti) vengono dalla fattoria annessa come pure la verdura del delizioso orto-giardino biologico. I boschi circostanti regalano funghi (porcini e finferli) che vengono serviti

freschi, in insalata o brasati, assieme a una selezione di salumi affumicati. Per chi volesse ci sono anche le degustazioni in cantina (ottimo il bianco Pustrissa della vicina cantina Laimburg di Teodone). E se volete proseguire, una guida completa alle migliori locande sudtirolesi la trovate su *gasthaus.it*, che raccoglie tutte le locande con cucina tradizionale.

Lo speck centenario e la «strega» delle erbe

«Invitare qualcuno significa prendersi cura della sua serenità, e questo ogni volta che si trova sotto il tuo tetto». Questo motto del politico e gastronomo francese Jean Anthelme Brillat-Savarin è la filosofia di un altro ristorante (con annessi due appartamenti) della zona. Siamo in Val Badia, a San Vigilio di Marebbe (Bolzano), al maso Tló Plazores (*plazores.com*). Antico maso edificato alla fine dell'XIII secolo, è uno scrigno carico di meraviglie gastronomiche. La «vecchia signora», come viene chiamata dai proprietari, è il regno di Roman e Uli, con i figli Andrè e Jan. Lei, ex insegnante, ha convinto lui a ristrutturare questa antica proprietà di famiglia e a renderla un'eccellente azienda agricola con cucina. Il filo rosso che collega tutto è il fatto a mano. Roman, moderno «Obelix», alleva allo stato brado pecore, bovini, oche e maiali, ospitati in una specie di stalla-resort. Da questi ultimi in particolare, nutriti a fieno arricchito con sali aromatizzati alle erbe, vengono ricavate eccellenti salsicce e uno speck stagionato per almeno 30 mesi e venduto con altri salumi e i formaggi del microcaseificio Eggemoa (*eggemoa.com*), affinati con corteccia di abete rosso e aghi di larice dal giovane e innovativo casaro Michael Steiner. Non vi basta? Uli organizza per i suoi ospiti anche showcooking durante i quali insegna a riconoscere, come una moderna «strega», le erbe di campo tra cui gli spinaci selvatici o la malva, ingrediente dei suoi deliziosi gnocchi. Da assaggiare anche i *cajinci*, tortelli in pasta lievitata ripieni di formaggio e speck e poi fritti, l'arrosto cotto nel fieno o la zuppa di fieno stessa. Degno di nota anche il «miele vegetale» fatto con una riduzione di sciroppo di erbe e un inaspettato spumante di pere. Se vi spostate in Alta Badia (*altabadia.com*), vi aspetta il circuito Mangé Ladin: alcuni dei migliori ristoranti della zona propongono per tutta l'estate una carta con specialità come i *turtres* (frittatine di ricotta, spinaci e crauti), o le *Apfelküchle*, le frittelle di mele. Sempre in zona c'è anche In Vetta con Gusto: appuntamenti da buongustai con il sommelier in rifugio e l'aperitivo all'ora dell'*enrosadira*, quando le Dolomiti si colorano di rosa, di fronte al Sasso di Santa Croce e alle Conturines. Non vi resta che provare. E come dicono qui in ladino, *bun pro!* (buon appetito) o *vives!* (salute). *alto-adige.com*

ALTRI INDIRIZZI

Maso Lüch da P'cëi
Formaggi e yogurt naturali, bottega gastronomica con albergo.
San Cassiano, Badia (BZ),
tel. 0471 849286, *luchdapcei.it*

Tessitura Artistica Nagler
La Valle (BZ), tel. 0471 843188,
tessituranagler.com

Lü de Pincia Marmellate, tisane, vino di miele biologici. Strada Mantëna, San Vigilio (BZ), *luedepincia.it*

Da sinistra, in senso orario, il maso Saalerwirt a Sares, in Val Pusteria, proprietà della famiglia Tauber, nel ritratto; il burro di malga servito durante la loro colazione.

COTOLETTE IMPANATE E INSALATA DI FUNGHI

CENA IN TERRAZZA

Ricette fresche e appetitose, da preparare al volo insieme con gli amici, mentre si apparecchia la tavola fuori

Ricette **CESARE GASPARRI**, Testi **LAURA FORTI**, Foto **RICCARDO LETTIERI**, Styling **BEATRICE PRADA**

Vassoio e fondo **Funky Table**.

Cotolette impanate e insalata di funghi

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

350 g 2 fette di controfiletto di vitello
140 g funghi champignon affettati
50 g mandorle a lamelle
50 g pangrattato – 2 uova
farina – finocchietto – limone
olio di semi di arachide
olio extravergine di oliva
sale – pepe

PER LE COSTOLETTE
Mescolate il pangrattato con le mandorle a lamelle.
Passate le bistecche nella farina, scrollando bene l'eccesso, poi nelle uova sbattute, infine nel pangrattato con le mandorle, premendo un po' per farlo aderire bene.
Friggetele in una padella che le contenga in misura, in abbondante olio di arachide, per un paio di minuti per lato.
Scolate le bistecche su carta da cucina, tamponandole per eliminare l'unto in eccesso.
PER L'INSALATA DI FUNGHI
Frullate un ciuffo di finocchietto con 3-4 cucchiai di olio extravergine, sale, pepe e la scorza grattugiata e il succo di mezzo limone, ottenendo un «olio verde» aromatico. Condite i funghi con questo olio e con un pizzico di sale e serviteli insieme alle cotolette.

Pesche al bitter con gelato fiordilatte

Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

400 g gelato fiordilatte
100 g bitter
2 pesche noci
zucchero di canna
burro
mandorle
limone – menta

Scaldate in una casseruola una noce di burro con un cucchiaio e mezzo di zucchero di canna. Tagliate a metà le pesche, eliminate il nocciolo →

e mettetele nella casseruola, appoggiate di piatto.
Spostatevi dal fornello e aggiungete il bitter, tornate sul fuoco, fatelo incendiare poi, quando si sarà spento, aggiungete 100 g di acqua.
Coprite e fate cuocere per 7-8 minuti, quindi aggiungete il succo di ½ limone e qualche foglia di menta spezzettata. Fate asciugare senza coperchio per altri 2-3 minuti.
Completate le pesche con il gelato, altre foglie di menta e qualche lamella di mandorla. Se vi piace, servitele ancora calde, creando un contrasto in più, caldo-freddo, oltre a quello amaro-dolce del bitter con il fiordilatte.

Sedanini alla crudaiola

Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

300 g pasta tipo sedanini
8 fiori di zucca
2 zucchine
2 pomodori ramati sodi
prezzemolo – basilico
erba cipollina – sale – pepe
olio extravergine di oliva

Mettete sul fuoco una casseruola con l'acqua per la pasta. Salatela e, al bollore, unite i sedanini.
Preparate intanto le verdure: tagliate le zucchine in quattro, per il lungo, ed eliminate la parte centrale con i semi. Infine, tagliatele a bastoncini, di sbieco.
Mettetele in una ciotola con un po' di sale per 5 minuti.
Tagliate i pomodori in quattro spicchi, eliminate i semi e tagliate anch'essi a bastoncini.
Tamponate le zucchine con carta da cucina, per eliminare la loro acqua, e mescolatele con i pomodori.
Pulite i fiori di zucca, togliendo il pistillo, sciacquateli e spezzettateli nella ciotola, unendoli a zucchine e pomodori.
Tritate un ciuffo di prezzemolo e qualche filo di erba cipollina e condite le verdure con il trito, 4-5 cucchiai di olio e un po' di pepe.
Scolate la pasta e versatela nella ciotola delle verdure. Mescolate e completate con foglie di basilico.

SEDANINI ALLA CRUDAIOLA

Versate la pasta appena scolata sul condimento: il calore esalterà i sapori e i profumi delle erbe aromatiche

Insalata di seppie

Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

450 g seppie pulite
180 g fagiolini puliti
150 g cavolo cappuccio viola
80 g carota – 50 g ravanelli
semi di sesamo
olio extravergine di oliva
limone – sale – pepe

Portate a bollore una casseruola di acqua. Intanto, tagliate finemente il cavolo cappuccio e mettetelo in una ciotola con una presa di sale e il succo di 1 limone. Mescolate.
Lavate i ravanelli, tagliateli a lamelle sottili e lasciateli a bagno in acqua fredda. Sbucciate la carota e tagliatela in fette oblique, sottili. Scottate i fagiolini in acqua bollente per 4-5 minuti. Aggiungete un filo di olio nel cavolo cappuccio.
Tagliate in pezzetti i tentacoli delle seppie.
Scolate i fagiolini con un mestolo forato e, nella stessa acqua, tuffate i sacchi e i tentacoli delle seppie. Cuocete per 1 minuto, scolate e raffreddate sotto l'acqua corrente. Tagliate tutto a pezzetti.
Raccogliete in una ciotola le carote, i ravanelli scolati e i fagiolini e condite con olio, sale, pepe e 1 cucchiaio di succo di limone. Aggiungete il cavolo cappuccio e le seppie. Completate con semi di sesamo bianco e nero.

Vassoio **Funky Table**, tovaglia e tovagliolo **Milù Milano**, posate **Mepra**.

INSALATA DI SEPPIE

San Pietro

STORIE DI VENTO E DI PESCATORI NELL'ISOLA SENZA TEMPO

Buttate via l'orologio, come ha fatto Fiammetta Fadda. Qui le giornate sono scandite dal mare e dai ritmi ancestrali della pesca del re dei tonni. Da onorare in tutta la sua magnificenza. Anche gustativa

Foto GIACOMO BRETZEL

Siete in un'isola nell'isola, cioè un'isola al quadrato con tutto quello che ciò vuol dire: una scheggia nel mare a sudovest della Sardegna, coste rocciose splendide e inospitali, piccole baie, acque trasparenti, vegetazione aspra e profumata. Uno dice: d'accordo, è come il resto dell'isola madre. Giusto, ma solo dal punto di vista naturalistico perché per il resto, su questo fazzoletto di 47 chilometri di periplo e poco più di seimila abitanti, concentrati a Carloforte, l'unico centro abitato esistente, è tutt'altra faccenda. →

Al centro, l'ingresso della tonnara di Portoscuso e, subito sopra, il suo capo, il «ràis» Luigi Biggio. Tutto intorno, immagini di tonnarotti e scorci della loro vita quotidiana.

PERDETE LA BUSSOLA

In Italia, per secolare abitudine, abbiamo una certa familiarità coi dialetti o almeno col loro suono. Perciò è spaesante, quanto a linguaggio, quello che succede tra Calasetta e Carloforte. Siete atterrati a Cagliari e siete arrivati al traghetto per l'Isola di San Pietro circondati dal locale accento sardo quando, di colpo, vi trovate a navigare in mezzo al genovese deciso. Trenta minuti, la durata della traversata, è il tempo a vostra disposizione per metabolizzare il salto linguistico e mentale. Anche se siete culturalmente preparati, cioè sapete che questo fazzoletto di terra nel 1738 fu dato in concessione da Carlo Emanuele III alla colonia di pescatori e corallari liguri migrati nell'isola di Tabarka, davanti alle coste tunisine, è difficile elaborare che in uno scoglio del Sulcis, la Sardegna profonda delle miniere di galena, si parli in genovese.

NON CERCATE I PASTORI

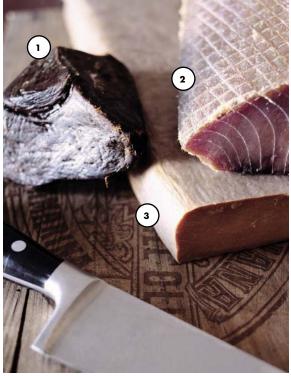
La Sardegna è una terra di pastori che sulle spiagge portavano a brucare le pecore, anziché tirar su le reti. L'Isola di San Pietro, al contrario, è una delle superstiti testimonianze della pesca eroica e ancestrale del tonno rosso, della sua lavorazione, delle tradizioni che ne fanno parte. L'attesa è per il maestrale che spira da nordovest e spinge verso la costa la minutaglia marina prediletta dal grande corridore dei mari. Ma sono tanti i prodotti ittici di sapore straordinario perché pasturano →

DEL TONNO È BUONO TUTTO

A Carloforte a ogni parte del grande corridore del mare corrisponde una preparazione ideale

LA VENTRESCA
È la zona che ricopre la cavità addominale. Grassa, rosea, morbida, è il taglio più pregiato, lavorato a parte anche nella conservazione sott'olio.
IL PIATTO La si cucina a «u scabecciu», a scapece. Il grosso trancio fresco si lessa in acqua molto salata, si lascia raffreddare, si affetta, si copre con aceto bollente. Insieme, un contorno di patate e fagiolini lessi, cipolla cruda, pomodori, conditi con olio di oliva.

IL TARANTELLO E LA CODELLA
I filetti laterali del tonno, sopra la ventresca, sono compatti, rossi, saporiti. Terminano nella codella, la parte finale del corpo, vicino alla coda.
IL PIATTO Il «tonno alla carlofortina» è una sorta di brasato che richiede un grosso trancio tagliato a tocchi. La cottura, in tegame, è caratterizzata da una salsa di concentrato di pomodoro e aceto, con l'aggiunta di vino bianco e alloro. Buono tiepido.

LA BUZZONAGLIA
Si chiamano così le parti nere centrali dei filetti vicini alla ventresca, di sapore molto marcato.
IL PIATTO Ci si fa la «cappunadda», stretta parente della capponata ligure, l'antico piatto che unisce gallette, ortaggi e pesce sfilettato. È una preparazione fredda tipicamente estiva.

IL LATTUME
È la parte riproduttiva del tonno maschio, considerata un boccone da intenditori.
IL PIATTO Lessata e tagliata a fette, si condisce con olio e si accompagna con fette di pomodoro e basilico. Oppure si trita, si impana e si frigge in polpetta.

LA BOTTARGA
È la sacca delle uova, salata, pressata ed essiccata all'aria per circa quaranta giorni. È la prima parte a essere lavorata dopo la pesca. Una bottarga di qualità supera il chilo di peso, e appare liscia e senza venature. (Foto 3).
IL PIATTO Si ammorbidisce un paio di ore nell'olio e si mangia tagliata a fettine sottili su pane e burro oppure in insalata con pomodori. Grattugiata come condimento per la pasta, va tassativamente aggiunta fuori del fuoco.

IL MUSCIAME
A Carloforte si chiama «bodano». Si ottiene dai due filetti dorsali del tonno salati ed essiccati. Come la bottarga si accomoda a fettine sul pane imburrato; o a integrare la cappunadda; o in insalata con olio, aceto balsamico e pomodoro. (Foto 2).

IL CUORE
Salato ed essiccato o sottovuoto, come il musciame. A Carloforte usano avvolgerlo in un panno umido per qualche ora per ammorbidirlo prima di tagliarlo a fette sottili e prepararlo come il musciame. (Foto 1).

IL BELU
È lo stomaco del tonno. Fresco, nel periodo della pesca, si cucina come la trippa, tagliato a striscioline e cotto in umido con cipolla, vino bianco, patate e concentrato di pomodoro. Essiccato sotto sale, si ammolla una notte prima della cottura.

IL GUREZI
È l'esofago del tonno, una parte cartilaginea, per intenditori. Lo si trova nelle pescherie specializzate a fine estate sotto sale. Fresco è cucinato in una sorta di spezzatino con pomodoro e patate accompagnato da fette di cipolla bianca.

Una ricetta quattro stagioni

Si chiama «bobba» questo delicato passato di fave che modifica la sua composizione a seconda dei momenti dell'anno. L'ingrediente principale sono le fave passate, fresche d'estate, secche d'inverno. Nella bella stagione si uniscono zucchine, pomodori, carote; poi si passa a cavolo rapa e a quello che offre l'orto. Più, sempre, l'aglio. Anche la temperatura ideale della «bobba» cambia: adesso si assaggia appena tiepida. Secondo Borghero, nella foto, allo storico Tonno di Corsa, aggiunge un filo di olio extravergine sardo, noto per i suoi aromi delicati, basilico o maggiorana e sale a fine cottura.

UNA barchetta per la pesca È IL PICCOLO LUSSO DI OGNI CARLOFORTINO

Il canale comunicante col mare e, sullo sfondo, le saline, oggi in disuso ma frequentate da colonie di fenicotteri rosa durante parecchi mesi all'anno.

sui fondali rocciosi dell'isola: orate, saraghi, pagelli, cernie, murene. Nelle case del posto li aromatizzano in una salamoia di acqua, aglio e sale e li arrostiscono con squame e interiora su legno di lentisco.

INCHINATEVI AL «RÀIS»

Di regola il sindaco è il cittadino più autorevole di una comunità, ma a Carloforte deve condividere l'onore col «ràis», termine mutuato dall'arabo per «capo». È lui l'autorità assoluta che decide i ruoli e i compiti dei tonnarotti, la specialissima squadra di marinai-pescatori-artigiani ai suoi ordini che governa i ritmi e i momenti decisivi della tonnara, determinando in buona parte l'economia dell'isola. La tonnara è un sistema di reti agganciate al fondo marino a formare una serie di camere che il tonno percorre fino ad arrivare a quella finale, sbarrata, dove incontra il «ràis» e i suoi uomini. Tonnara è anche la struttura in cui i tonnarotti vivono nei cinquanta giorni della «passa», il passaggio dei tonni tra maggio e fine giugno. È un'entità autosufficiente con gli spazi dove i tonnarotti «di terra» lavorano i tonni appena pescati, con le cucine dove si preparano i pasti, con il cortile coperto dove si mangia insieme e le stanze dove si dorme. Andate a visitare quella di Portoscuso, di fronte all'Isola di San Pietro, suggestiva e solitaria come un convento, col bianco abbagliante dei muri secolari sospeso sull'azzurro del mare.

ACCETTATE IL MISTERO

La leggenda dice che il grande tonno a pinna blu ci vede solo dall'occhio sinistro perché nuota lungo la costa tenendo sempre la sinistra. Anche le ragioni di questo viaggio estenuante restano misteriose. «Ma», precisa Giuliano Greco, proprietario della tonnara di Portoscuso, «quello pescato da noi dovrebbe chiamarsi "tonno di corsa di tonnara", perché catturato con la tecnica che si conclude nella camera finale tesa dalle reti e non con l'avvistamento con il sonar o con gli aerei». Non si tratta solo della superiore qualità delle sue carni rispetto a quelle del tonno a pinna gialla e dei tonnetti. Quando il *Thunnus Thynnus* dalle acque fredde dell'Atlantico del Nord entra nel

GIROTONNO

Dal 2003 ogni anno, tra la fine di maggio e l'inizio di giugno, Carloforte celebra con il Girotonno il passaggio lungo la costa dell'isola del tonno a pinna blu. L'evento, che quest'anno ha coinvolto oltre centomila visitatori, per quattro giorni anima l'intero paese con spettacoli, concerti, chef stellati che si esibiscono in pubblico, degustazioni della cucina di tonno. Momento clou, la sfida tra le creazioni a base di tonno dei cuochi delle otto nazionalità prescelte sottoposti al doppio giudizio di un pool di critici gastronomici e del pubblico. Quest'anno, a sorpresa, la Lituania e gli Stati Uniti si sono aggiudicati la vittoria battendo Argentina, Francia, Giappone, Inghilterra, Italia, Russia. Appuntamento al 2019 al prossimo passaggio del re dei tonni.

L'abito fa il monaco

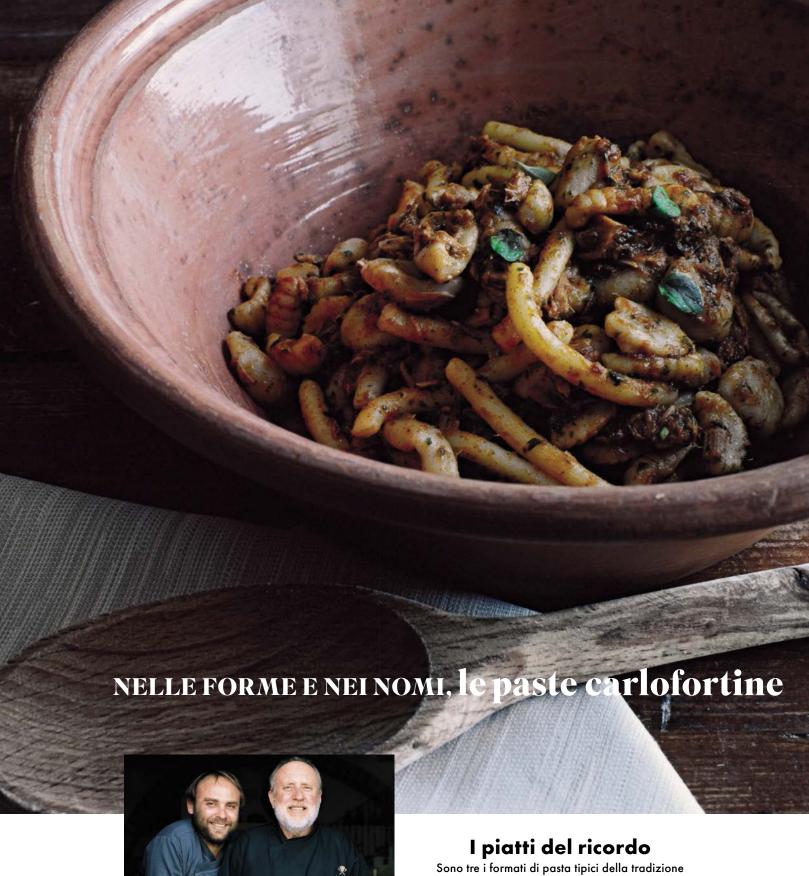
I tre Pomata, ristoratori-vedetta dell'isola, esprimono le rispettive anime gastronomiche anche nella maniera di vestire. A sinistra Luigi, lo chef creativo, autore della cucina di Nicolo, sulla passeggiata; al centro il padre Nicolo, custode della tradizione; a destra il fratello Antonello, anima di Pomata Bistrot, giovane e informale. Sotto, il Polpo Nicolo, prima tostato con rosmarino, poi cotto in tegame con salsa di Cannonau, aceto balsamico e salsa di soia, completato da cubetti di panissa.

Mediterraneo per riprodursi seguendo sempre lo stesso ancestrale percorso, è al vertice del suo splendore gustativo.

ENTRATE NEL RITMO

Albergo? B&B piuttosto. Perché qui il senso dell'ospitalità è sacro e le case sono pulite come conchiglie. Avete già buttato l'orologio, adesso buttate le chiavi. Qui non si usa chiudere porte e portoni. A colazione vi serviranno ciambella e caffè. Poi concedetevene un secondo leggendo il giornale (avete buttato l'iPad) da Cipollina, il bar di riferimento sul porto. Dopo, è imperativo il giro in barca dell'isola con stop nelle baie per un tuffo e per raccogliere (e mangiare) i ricci dalle rocce affioranti. Ma se siete simpatici, la padrona di casa potrebbe invitarvi a seguirla nel suo orto, oasi di ogni carlofortino, luogo d'incontro, di chiacchiere, di festeggiamenti. Adesso si raccolgono le facusse, un incrocio tra cetriolo e zucchina di origine tabarchina, il basilico che sa di menta, i pomodori, le pompie, una rara varietà autoctona di limone. Nel pomeriggio, siesta. Verso sera salite ad ammirare le ottocentesche mura fortificate percorrendo le stradine dove le donne fanno crocchio sedute fuori dell'uscio. La sera ci vuole il golf tanto fa fresco, ma →

NELLE FORME E NEI NOMI, le paste carlofortine

I piatti del ricordo

Sono tre i formati di pasta tipici della tradizione carlofortina: i «maccaruin», una sorta di spaghetti di pasta fresca arrotolati intorno a sottili giunchi, i «curzetti», parenti dei corzetti del Levante ligure, e i «cazzulli», molto simili nella forma ai malloreddus sardi (e agli gnocchi piemontesi). Si condiscono in vari modi. Il piatto qui sopra, specialità dell'Osteria della Tonnara, riunisce le tre tipologie col nome Pasticcio alla carlofortina, condito con pomodoro, maggiorana, tonno. A sinistra, Andrea Rosso col figlio Cristiano, cuochi e proprietari del locale, che si rifornisce alla tonnara di Carloforte per i piatti di pesce.

il gelato super artigianale di Napitia ci sta. Specialità è la coppa Sandalia, legata ai prodotti sardi: crema allo zafferano, pompia candita e palline di cuscus.

ASSAGGIATE LA STORIA

A tavola potrete divertirvi un sacco. Perché non c'è isola nel Mediterraneo che rifletta con altrettanta fedeltà nella sua cucina le peregrinazioni di generazioni di marinai e pescatori e l'attaccamento alle loro radici. Mettiamo che vogliate sperimentare una cena con un taglio storico. Ordinando quadrati di farinata o di panissa, un assaggio di cascà, il cuscus vegetale, e un brasato di tonno alla carlofortina, avrete percorso l'odissea dei pescatori liguri, partiti da Pegli verso Tabarka con la loro provvista di ceci; ma poi aperti alla cultura levantina col cuscus; e infine approdati a Carloforte onorando il grande pesce dell'isola. Tutto ciò lo trovate all'Osteria della Tonnara, vicino al porto, frequentata con entusiasmo dai locali per i piatti generosi. Se invece optate per un menu autoctono, prenotate al Tonno di Corsa, annidato tra i vicoli alti del borgo, da Secondo Borghero, profondo conoscitore della storia gastronomica del posto. Iniziate con un piatto di bottarga, fatelo seguire da cazzulli carlofortini di farina e semola conditi con buzzonaglia di tonno e da un secondo di polpette di lattume.

OSATE IL FUTURO (DELLA CAPPUNADDA)

La terza opzione, se avete già assaggiato o scartato le precedenti, è sperimentare il «nuovo». Quasi un capriccio in un luogo dove tutti sono felici davanti al solito fritto di pesce. Ma Luigi Pomata, il più famoso tra i cuochi sardi, appassionato di tecniche e accostamenti insoliti, pensa che quanto più una cucina è chiusa a riccio tanto più è emozionante aprirla al futuro. La Cappunadda carlofortina, quell'umile insieme di pane secco, pesce e verdure, nel suo locale sulla passeggiata cittadina diventa una composizione di ventresca a cubetti, coda di tonno, cetriolo in osmosi salina, crema di basilico e pomodorini confit. Poi possono arrivare gli Gnocchi viola con vongole, bottarga e limone su crema di mozzarella; la Carbonara di mare con l'uovo pastorizzato con acqua di cozze; il Reale di tonno rosso speziato, in salsa orientale. Tutto raccontato al tavolo dal padre Nicolo, oste scenografico, ogni sera in sala con un diverso foulard legato alla pirata tropézien.

I proprietari di Tanca Gioia, appassionati dei vitigni autoctoni dell'isola. A sinistra, Lorenzo della Gelateria Napitia con il suo gelato al tonno creato per il Girotonno, da abbinare ai piatti di pesce. Sopra, i canestrelli, dolcetti tipici di tradizione sarda.

ESPRIMONO L'INCROCIO TRA Liguria e Sardegna

SORSEGGIATE UN QUAE

Una ventina di anni fa sull'isola le vigne si limitavano a poche piante di bovaleddu e muristello, due vitigni semiestinti saccheggiati dalle pecore e dalle capre locali. Poi sono arrivati due amici, un industriale lombardo e un velista che, innamorati del luogo, nel 2000 hanno creato Tanca Gioia, un'azienda che dai due ettari iniziali si estende ora su dieci, con una gamma di etichette ambiziose. Ma non è solo per assaggiare questi vini, figli del sale e del sole, che dovete, previa telefonata, visitare la cantina. La ragione vera è che così avrete modo di addentrarvi nel centro dell'isola, la sua parte più vera e segreta. Berrete il Giancu, un Vermentino di Sardegna ideale per l'aperitivo e per accompagnare il pesce, il Quae, dolce, da uve di moscato di Calasetta e nasco aromatico vendemmiate tardivamente, passando per il Roussou, un classico Carignano del Sulcis, adatto alle carni. ■

INDIRIZZI

Napitia, Corso Cavour 25, tel. 0781 573369
La Tonnara di Carloforte, Contrada La Punta
Al Tonno di Corsa, Via Marconi 47, tel. 0781 855106, *tonnodicorsa.it*
Osteria della Tonnara, Corso dei Battellieri 36, tel. 0781 855734, *ristorantedaandrea.it*
Da Nicolo, Corso C. Cavour 32, tel. 0781 854048
Pomata Bistrot, Via Dante Alighieri 47, tel. 0781 855361
Tanca Gioia, Località Gioia, tel. 0781 854934, *u-tabarka.it*
Bar Cipollina, Corso Tagliafico 22, tel. 0781 854134

Ricette **GIOVANNI ROTA**, Testi **VALENTINA VERCELLI**, Foto **RICCARDO LETTIERI**, Styling **BEATRICE PRADA**

L I

Rinfresca, protegge, aiuta a stare bene. Ma soprattutto aggiunge in tanti cibi un guizzo di vivacità.

E dalla mozzarella fino al caffè, ogni cosa diventa più invogliante. Specialmente d'estate

1

2

O N E

3

1. CON LA MOZZARELLA
Servite la mozzarella di bufala con la scorza grattugiata di ½ limone, condendo con olio, sale e pepe. Per un dessert originale, preparate uno sciroppo sciogliendo a fuoco dolce per 4-5 minuti 100 g di zucchero con 80 g di acqua; unitevi 1 limone tagliato a rondelle e cuocetelo per 15 minuti; fate raffreddare, scolate le rondelle sciroppate e servitele con la mozzarella a fette.

2. NEL PANGRATTATO
Unite a 100 g di pangrattato 20 g di mandorle tritate, la scorza grattugiata di ½ limone e 4 ciuffetti di finocchietto spezzettato. Per impanare pesci e carni bianche, salando solo durante la cottura.

3. NELL'ACQUA
Unite il succo di ½ o 1 limone in 300 ml (un bicchiere grande) di acqua tiepida a 45-50 °C. Completate a piacere con 3-4 fette di agrume. Si beve di mattina a stomaco vuoto per depurarsi e idratarsi.

4. NEL CAFFÈ
Aggiungete nella moka una grattugiata di scorza di limone: otterrete così un caffè dall'aroma fresco e con doti digestive.

5. CON LA RICOTTA
Mescolate 250 g di ricotta con la scorza grattugiata di ½ limone e 1 cucchiaio di zucchero di canna. Servitela per merenda o come dessert.

6. IN GRANITA
Ammollate in acqua fredda 2 fogli di gelatina alimentare. Portate a ebollizione 200 g di succo di limone con 200 g di zucchero di canna, 800 g di acqua, 35 g di zenzero fresco tagliato a lamelle e un rametto di timo limone. Spegnete la fiamma, lasciate riposare per 30 minuti, quindi filtrate tutto e aggiungete i fogli di gelatina strizzati. Lasciate raffreddare a temperatura ambiente per 1 ora, quindi trasferite il composto in un recipiente di metallo e mettetelo in freezer finché non si sarà ghiacciato, mescolando di tanto in tanto con una frusta. Servite la granita decorando a piacere con timo limone.

Per le ricette in cui si utilizza la scorza o il limone intero, preferite sempre frutti non trattati. Lavateli e asciugateli strofinandoli bene prima di grattugiarli.

AVOCADO E BACCALÀ CON CIALDE E CREMA DI LIMONE

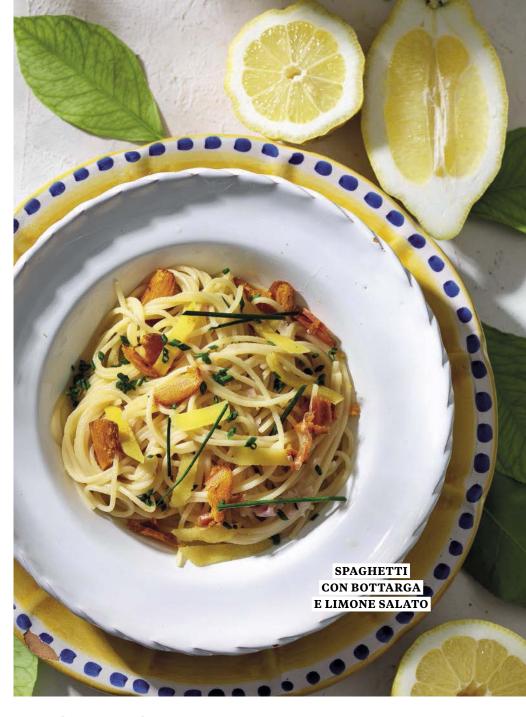
Avocado e baccalà con cialde e crema di limone

Impegno Medio
Tempo 1 ora e 20 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

450 g baccalà dissalato
75 g farina di ceci
70 g olio di semi
15 g farina 00
15 g semola di grano duro rimacinata
5 limoni
2 avocado
2 albumi
pepe di Sichuan – sale
semi di sesamo – melissa

PER IL LIMONE DISIDRATATO
Tagliate 1 limone a rondelle di 1 mm di spessore con l'aiuto di una mandolina.
Distribuitele su una placca rivestita di carta da forno e infornatele a 90 °C per 1 ora, quindi lasciatele raffreddare.
PER LA CREMA DI LIMONE
Sbianchite 1 limone intero in acqua bollente per 30 secondi; cambiate acqua e ripetete l'operazione, quindi cuocetelo in altra acqua per 40 minuti dal bollore.
Tagliate il limone, eliminate i semi e frullatelo con tutta la scorza con un pizzico di sale.
PER LA CIALDA DI CECI
Mescolate la farina di ceci con la farina 00 e la semola; unite l'olio di semi, gli albumi, 30 g di acqua, la scorza grattugiata di ½ limone e 1 pizzico generoso di sale.
Stendete l'impasto con l'aiuto di un pennello su una placca rivestita con carta da forno, ottenendo una sfoglia sottile, cospargetela di semi di sesamo e infornatela a 180 °C per 7-8 minuti, quindi lasciate raffreddare la cialda e spezzettatela.
PER IL BACCALÀ
Portate a ebollizione 1,5 litri di acqua con la scorza di 1 limone tagliata a pezzi, 1 gambo di melissa e 1 cucchiaino di grani di pepe di Sichuan.
Dividete il baccalà in 4 trancetti, immergeteli nell'acqua bollente aromatizzata e cuoceteli per 10 minuti a fiamma bassa.
PER GLI AVOCADO
Sbucciate i frutti, divideteli a metà per il lungo ed eliminate il nocciolo, quindi tagliateli a fettine sottili e conditeli con un pizzico di sale e il succo di 1 limone.
Distribuiteli nei piatti con il baccalà, condite con la crema di limone, guarnite con fettine di limone disidratato, pezzetti di cialda di ceci e foglioline di melissa.

SPAGHETTI CON BOTTARGA E LIMONE SALATO

Spaghetti con bottarga e limone salato

Impegno Facile
Tempo 30 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

350 g spaghetti
150 g burro
150 g vino bianco secco
3 limoni
1 scalogno
bottarga
erba cipollina
sale

PER IL LIMONE SALATO
Sbucciate 2 limoni e separate le scorze dalla parte bianca (albedo).
Spremeteli e portate il succo a ebollizione, con un pizzico generoso di sale, quindi tuffatevi le scorze e proseguite la cottura per 10 minuti.
Scolate le scorze, lasciatele raffreddare e tagliatele a listerelle.
PER IL CONDIMENTO
Portate a ebollizione il vino bianco con 1 cucchiaio di succo di limone e lo scalogno tritato, quindi spegnete la fiamma e unite il burro a temperatura ambiente, mescolando per farlo sciogliere bene. Regolate di sale e lasciate raffreddare.
PER GLI SPAGHETTI
Cuoceteli in abbondante acqua salata, secondo le indicazioni riportate sulla confezione. Scolateli e conditeli con il burro, qualche filo di erba cipollina tagliuzzato, il limone salato e la bottarga tagliata a fettine molto sottili. Ottimi tiepidi.

L'ingrediente

BOCCONCINI DI POLLO CON LIMONE E PEPE VERDE

FETTA AL LIMONE

Bocconcini di pollo con limone e pepe verde

Impegno Facile
Tempo 45 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

500 g petto di pollo
2 limoni
1 cipolla
salsa di soia
zenzero fresco
salvia
farina – zucchero
vino bianco secco
capperi sotto sale
cerfoglio
olio extravergine di oliva
sale – pepe verde secco

PER IL CONDIMENTO
Sbucciate la cipolla e tagliatela a pezzetti. Cuocetela dolcemente in una casseruola per 5 minuti, con un filo di olio, 10 g di zenzero tagliato a lamelle e 1 foglia di salvia.
Sbucciate 1 limone, dividetelo in spicchi e pelateli a vivo; conditeli con un pizzico di zucchero.
Tritate grossolanamente 1 cucchiaio di pepe verde in grani e dissalate 1 cucchiaio di capperi.
PER IL POLLO
Tagliate il petto di pollo a bocconcini e marinatelo per 15 minuti con il succo di 1 limone e 2 cucchiai di salsa di soia. Scolate il pollo e asciugatelo con carta da cucina. Infarinate i bocconcini di pollo e cuoceteli in una grande padella con un velo di olio per 5-6 minuti, quindi regolate di sale.
Deglassate la pentola dove avete cotto il pollo con 1 bicchiere di vino per 3 minuti, quindi aggiungete la cipolla e i bocconcini di pollo, mescolate bene e fate insaporire per 1 minuto.
Servite il pollo, guarnendolo con gli spicchi di limone pelati a vivo, i capperi e qualche fogliolina di cerfoglio.

Fetta al limone

Cuoco Brendan Allthorpe
Impegno Facile
Tempo 50 minuti
più 3 ore di raffreddamento
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 12 PEZZI

200 g zucchero semolato
185 g farina senza glutine per dolci
125 g burro
60 g zucchero a velo
50 g farina di mandorle
4 uova – sale
1 cucchiaino di lievito in polvere
limoni

Scaldate il forno a 180 °C. Imburrate una teglia di 20 cm di lato e foderatela con 2 fasce di carta da forno incrociate, facendole debordare abbondantemente su tutti i lati (saranno utili per sformare il dolce); imburrate anche la carta.
PER LA PASTA BASE
Fondete il burro e lasciatelo raffreddare.
Mescolate 95 g di farina con la farina di mandorle, lo zucchero a velo, ½ cucchiaino di sale, la scorza grattugiata di un limone grande e ½ cucchiaino di lievito. Aggiungete il burro fuso, a temperatura ambiente, e mescolate tutto con una forchetta, amalgamando bene. Versate l'impasto nella teglia preparata e stendetelo in uno strato uniforme con una spatola o con il manico di un cucchiaio.
Infornate la teglia a 180 °C per 15 minuti circa, fino a quando l'impasto non sarà sodo e leggermente dorato. Toglietelo quindi dal forno e lasciatelo intiepidire.
PER LA CREMA AL LIMONE
Lavorate vigorosamente le uova con lo zucchero semolato, unite quindi ½ cucchiaino di lievito, poi 175 g di succo di limone e infine il resto della farina; mescolate vigorosamente ogni volta che aggiungete un ingrediente.
Versate la crema sulla pasta base, stendetela su tutta la superficie; infornate a 180 °C per altri 20-25 minuti. Per verificare che la crema sia cotta, muovete con delicatezza la teglia avanti e indietro: la crema non deve tremolare.
Sfornate il dolce e lasciatelo raffreddare per 20 minuti, quindi mettetelo in frigo a rassodare per 2 ore almeno. Potete prepararlo il giorno prima e lasciarlo in frigo per una notte.
Tiratelo fuori del frigo, spolverizzatelo di zucchero a velo, tagliatelo a quadrotti e mangiatelo subito, ben freddo.

MAGIE IN CUCINA

Create sia per il frigo, sia per il forno, le pirofile in vetro Pyrex sono ideali per realizzare i vostri menu. Combinando gusto e salute.
Resistono fino a -40 °C e in forno fino a 300 °C: i contenitori di vetro Pyrex sono alleati affidabili e indispensabili in cucina. E di grande praticità, visto che sono progettati per essere impilati con facilità e occupare poco spazio. Scoprite con noi come cucinare con pochi grassi, fantasia e moltissimo gusto.

Caraffa graduata – 1 litro

Pirofila rettangolare 33X23 cm – 2,6 litri

Pirofila ovale 32X19 cm – 1.8 litri

Pirofila rettangolare 40X25 cm – 3,9 litri

Ciotola multiuso 2 litri

Pirofila rotonda 30X25 cm – 2,8 litri

Pirofila torta 30X25 cm – 1,9 litri

RISO VENERE, MERLUZZO E UOVA IN CAMICIA

Ingredienti per 4 persone
***500 g** polpa di merluzzo*
***200 g** peperoni rossi e gialli*
***150 g** riso Venere*
***150 g** zucchine – **100 g** carote*
***100 g** cipolla rossa*
***10 g** aceto di vino bianco*
***1** limone – **2** uova – sale – pepe*

LESSATE il riso Venere.
TAGLIATE le verdure in cubetti regolari, sbollentatele per 10 secondi circa, preferibilmente separate, quindi passatele in acqua fredda e ghiaccio. Condite il riso con sale, pepe, il succo e la scorza del limone e le verdure e distributelo in una pirofila rettangolare.
TAGLIATE il merluzzo crudo a lamelle e disponetelo sopra il riso. Infornate a 180 °C per 10 minuti.
PORTATE a ebollizione dell'acqua in una casseruola, quindi abbassate la fiamma. Unite l'aceto e mescolate con un cucchiaio formando un mulinello nell'acqua. Rompete un uovo in una ciotolina e fatelo scivolare delicatamente nell'acqua. Cuocetelo per 2 minuti, poi prelevatelo con una schiumarola. Ripetete l'operazione con l'altro uovo.
SFORNATE il riso con il merluzzo e le verdure, ponetevi sopra le uova e servite.

CUCINA E VINCI CON LA CUCINA ITALIANA, PYREX, AUCHAN E SIMPLY

Fai la spesa e porti a casa Pyrex

Fino al 22 luglio 2018, nei negozi Auchan, Ipersimply, Simply e Punto Simply aderenti all'iniziativa, ogni 15 euro di spesa, riceverete un bollino per collezionare la nuova linea di pirofile Pyrex. E non finisce qui: collegandovi al sito www.collezionepyrex.it potrete partecipare ad uno speciale concorso! Rispondete correttamente a qualche domanda culinaria: in palio 200 abbonamenti semestrali alla rivista (sia digitale che stampata) e 100 set Pyrex per cimentarvi con le vostre ricette preferite.

VIENI CHE TI PORTO QUI

A scoprire un luogo dove la gente ti guarda negli occhi (no smartphone grazie) e dove il cibo ha il sapore della buona cucina di sempre

Testi MADDALENA FOSSATI, Foto PAOLA ALLEGRA SARTORIO

Il sorbetto di erbe del ristorante Terroir presso Six Senses Douro Valley. Nella pagina accanto, il chiostro della Cattedrale di Lamego, tra gotico e rinascimento.

Sorbetto di erbe

Il piatto preparato dallo chef Ljubomir Stanisic dà la sensazione di avere un orto profumato sul palato. Si confeziona come un gelato con basilico, menta e crescione più latte, panna fresca, tuorlo d'uovo, zucchero; si fa bollire tutto mescolando e poi si mette nella gelatiera. Una volta pronto, si stende una sorta di «aiuola» nel piatto e si cospargono sopra coriandolo, aneto, menta e fiori edibili.

A sinistra, il Pão de Ló Caiado, un pan di Spagna coperto di glassa della Pastelaria da Sé, mangiato tipicamente a Pasqua. Una parte della scalinata barocca del Santuario de Nossa Senhora dos Remédios che scende a Lamego, città di origine romana.

Qualche anno fa avevo visto un film che s'intitolava *La cage doreé* che parlava dell'immigrazione dei portoghesi in Francia. Protagonista era una famiglia dove la signora era la custode di un palazzo signorile a Parigi, il marito invece faceva il muratore, entrambi gran lavoratori come da cliché, poi finiva con il ritorno di tutti in patria. L'ultima scena si svolgeva su una terrazza affacciata su una valle verdissima vicina a un fiume. Uno scenario magnifico. Non mi ero posta davvero il problema di dove fosse quel luogo se non limitandomi a leggere i titoli di coda che scorrevano alla fine della pellicola.

Arrivo in Portogallo, nella valle del Douro, a 100 chilometri dalla città di Porto in direzione Spagna. Tra le prime delle nostre escursioni, esploriamo la Quinta de Bonfin, una delle proprietà di Symington, quinta generazione di origini scozzesi e i più grandi produttori di Porto della regione (*symington.com*). E come una magia, mi ritrovo su quella stessa terrazza a guardare la valle del Douro, iscritta alla lista dei Patrimoni dell'Unesco dal 2001, in quella che è la cantina del Paese. 40.000 ettari di vigna la rendono la più grande regione vinicola di montagna al mondo, con oltre l'80% delle proprietà che non supera l'ettaro, una ricchezza diffusa anche grazie al fatto che il Porto negli anni sia cresciuto come valore e come consumo, soprattutto domestico, in Portogallo. Già, il Porto, un vino nato povero nel XVII secolo e forticato grazie all'aggiunta di acquavite (secondo la leggenda un'idea dei monaci di Lamego, la città principale della valle) e sempre piaciuto agli inglesi, specialmente quando si è capito come farlo invecchiare un po'. Ci sono tante differenze ma il Vintage (di solito ne producono tre in un decennio), in genere invecchiato di almeno 15-20 anni e di una singola annata, è diventato oggetto da collezione. Se in casa vi trovate bottiglie del 1963 o 1985 o ancora del 1994 sappiate che sono ottime annate e preziose. Il giorno che le stappate consumatele con del cioccolato o dello Stilton Blue (una sorta di zola inglese, forse più simile al francese Roquefort). La qualità di Porto più comune invece è il Ruby, anche il più venduto, mentre il bianco è il più basico. Visitare le cantine è bello, ma per un'esperienza surreale bisogna andare da Niepoort, un'azienda di famiglia dal 1842. Siamo entrati ad assaggiare i vini eccellenti, bianchi, Chardonnay, Riesling e ci siamo trovati seduti a tavola come fossimo a casa finendo con il Porto di Dirk, l'ultima generazione e geniale inventore di nuove frontiere dell'enologia (*niepoort-vinhos.com*).

Un mondo antico

Il bello di questa valle è che è un vero viaggio. Pochi turisti, un mondo ancora autentico, anche se con qualche magagna, decisamente ruspante. Non aspettatevi troppo maquillage, e neanche un approccio politicamente corretto da queste parti, non sono passati influencer o altri fenomeni sociali dell'era moderna, nessuno sta sul telefono se non per parlare con qualcuno. È una sensazione forte nella cittadina di Lamego a circa 12 chilometri dalle sponde del fiume abitata da 25 mila persone, di origine romana. Al mercato del giovedì mattina si comprano ancora gli animali vivi, pulcini, galline, persino conigli, come nel Medioevo, e fa una certa impressione. Non è un bel mercato, non vuole piacere ai turisti, serve solo a svolgere la sua funzione, puzza di verità. I negozi sono usciti dal passato, le grandi catene sono praticamente →

Da sinistra, in senso orario, la *bola de casa*, una torta salata della Pastelaria da Sé. Il formaggio di latte di vacca prodotto da Niepoort e la loro cantina. Le crocchette di baccalà e patate, un classico della tradizione portoghese. Fatima, una venditrice di ciliegie appena fuori dalla città di Lamego.

Il riso come si fa a casa

Si chiama *arroz de forno* (riso al forno) e si prepara in tutte le case del Portogallo. Si frigge una cipolla tagliata fine nell'olio extravergine di oliva, poi si aggiunge il riso insieme al brodo di carne scaldato con delle foglie di menta. La proporzione è una tazza di riso Basmati per due di brodo. Cuoce in circa 30 minuti a 180 °C.

inesistenti. Un bel detox. La pasticceria Pastelaria da Sé nella rua Virgilio Correia è ancora uguale identica a quarant'anni fa, anzi di più visto che è nata nel 1966 e il proprietario, il signor Alvaro, ha la stessa dignità di un contadino fiero dei prodotti della sua terra. Non c'è retorica, la *bola de casa* con prosciutto e formaggio è semplice quanto meravigliosa nella sua genuinità, così come la torta Pão de Ló Caiado, un pan di Spagna ricoperto di glassa di zucchero che si mangia in particolare a Paqua.

Quando la storia parla

Quando si scende dal Santuario de Nossa Senhora dos Remédios, un luogo da vedere, c'è sempre qualche signora semplice con il foulard per trattenere i capelli che ti vende caramello aromatizzato all'arancia avvolto in carta bianchissima particolarmente buono e che sa di casa. Si scendono le scale di questo luogo sacro, monumento al barocco, con gli azulejos che a ogni piano raffigurano una scena diversa e intanto si succhia lo zucchero come bambini. Camminate fino al chiostro della cattedrale della città con le sue forme rinascimentali. Bellissimo, la pace è assoluta. Riprendiamo la strada. A un semaforo la signora Fatima ci regala delle ciliegie, cerchiamo di pagarle, ma non c'è verso, più ci agitiamo con i soldi in mano, più ne aggiunge nel sacchetto. Mangiamo frutta per tutta la strada fino al nostro albergo, il Six Senses Douro Valley, un tempio di benessere e ospitalità. È il luogo più elegante della zona e sta insegnando come fare turismo da queste parti: 57 camere in una proprietà del XIX secolo in mezzo ai vigneti. Appartiene a una famiglia che ne ha diversi nel mondo e in posti da sogno come le Maldive, l'Africa... La mattina si corre tra le vigne, la colazione è monumentale, forse la migliore mai vista in un albergo con un buffet di torte e dolci appena sfornati, yogurt e kefir, frutta e centrifugati freschi di spremitura, uova al piatto con avocado e verdura dell'orto... Delizioso! Anche se l'esperienza più intrigante resta la cena al Terroir, pochi tavoli accanto alla piscina circondati dal verde. In cucina c'è Ljubomir Stanisic, un cuoco serbo di origine, scappato dalla guerra, che ha uno dei ristoranti più famosi del Portogallo, il 100 Maneiras. Se guardate il sito, troverete immagini un po' improbabili con la sua brigata fotografata con un grande polpo in testa o sdraiata a terra come se fosse morta. Invece, a parte un'iniziale perplessità, anche perché ha un'aria molto cupa e per niente malleabile, Ljubomir si è rivelato interessante, e ha proposto una cucina fresca e →

Da sinistra, in senso orario, la valle del Douro. Fatima, la cuoca della Casa de Santo Antonio de Britiande, un locale tradizionale. Il capretto e riso al forno del ristorante DOC (qui a sinistra), uno dei più famosi della zona con vista sul fiume; il cuoco Rui Paula è una star in Portogallo.

Cosa si mangia in Portogallo

Da sinistra, in senso orario, Ljubomir Stanisic, chef del ristorante 100 Maneiras e del Terroir di Six Senses Douro Valley. La piscina dell'hotel e una giardiniera con il raccolto dell'orto. Una combinazione interessante: la burrata servita con una polvere di frutti di bosco.

contemporanea come poche assaggiate. «Ho iniziato a lavorare come lavapiatti a 14 anni e dopo tanti giri in Europa mi sono trovato in Portogallo, un Paese piccolo e accogliente, e incredibilmente ospitale». Dove è diventato una star. Quando ha preso questo incarico con Six Senses, ha viaggiato per il Nord Europa per inventare una cucina nuova, fresca, entusiasmante. Il suo sorbetto di erbe che vedete nella pagina di apertura è un omaggio a chi fatica nei campi, la sua Tomatada, un mix di pomodori con diverse cotture, sublima l'ingrediente; la freschezza dopo è indicibile, il palato resta pulito. Sì, perché Terroir è un ristorante vegetariano, ma non c'è un istante in cui rimpiangi la fiorentina. Più gastronomico classico è DOC, il ristorante di Rui Paula, chef stellato bravissimo a scegliere le location dei suoi locali. Nella valle del Douro ha una vista sul fiume che vale la cena, nell'altro spazio sulla costa i pochi posti sono direttamente sulla spiaggia (*docrestaurante.pt*). Si assaggia la sua cucina anche a bordo delle barche della compagnia Pipadouro che propone crociere dall'allure vintage (ed elgante). Contemplativo svegliarsi la mattina circondati dalla vallata.

Il turismo di una volta

Molto casalingo mangiare alla Casa de Santo Antonio de Britiande, sei stanze e una sala da pranzo con cucina. La cuoca, Fatima, prepara il miglior *arroz de forno* della Regione, un classico portoghese. E qui scopriamo qualcosa di intrigante: aggiunge delle foglie di menta nel brodo e il sapore diventa divino. Da provare: l'aroma della carne risulta intenso ma mai invadente. Il riso che prepara è di una semplicità disarmante quanto eccellente e lo accompagna a carne di maiale o di manzo. Si assaggiano intanto vini, si mangia con altre persone a un tavolo comune come in una famiglia e si resta nel patio tranquilli a guardare la campagna e a chiacchierare con Ana Maria Pinto Ribeiro, la proprietaria che da sempre abita qui. Magari con un bicchierino di Porto. ■

INFORMAZIONI PRATICHE

Come arrivare: si vola direttamente a Porto da Milano Malpensa, Bergamo, Bologna, Roma e Napoli (anche da Cagliari a partire da ottobre) con Ryanair da 19,99 euro (*ryanair.com*).
Dove dormire: al Six Senses Douro Valley una doppia parte da 645 euro con colazione (*sixsenses.com*); si naviga e si soggiorna a bordo delle barche della compagnia Pipadouro da 480 euro per 4 persone (*pipadouro.pt*).
Nella Casa de Santo Antonio de Britiande si dorme in una delle sei camere, da 120 euro (*casasantoantoniobritiande.com*).

Tomatada de São João

Un po' insalata un po' salsa di pomodori, questo piatto servito da Six Senses è un trionfo d'estate sul palato. È composto da diversi tipi di pomodorini ciliegia diversamente preparati: alcuni sono grigliati con olio d'oliva, sale, timo, aglio, per due minuti. Altri invece sono confit, ovvero cotti in padella coperti di zucchero fino a quando si caramella, altri crudi tali e quali, altri ancora tagliati con l'affettatrice, cosparsi di zucchero e disidratati in forno a 50 °C per 30 minuti. E ancora ci sono peperoni passati 40 minuti in forno a 120 °C con olio e sale. Si mette poi tutto insieme con coriandolo, una cipolla tagliata fine, salvia, timo, olio di oliva...

TORTILLA DI PATATE

NON CI POSSO CREDERE

Diranno così, quando sapranno che questi piatti li avete preparati «giusto con due cose» trovate in cucina. Garantiti sapore, allegria e gran figura

I NOSTRI «INDISPENSABILI»

✓ In rosso gli ingredienti utilizzati in queste ricette

- ☐ ACCIUGHE
- ☐ ACETO
- ☑ AGLIO
- ☐ BISCOTTI
- ☑ BURRO
- ☐ CACAO
- ☐ CAFFÈ
- ☐ CAPPERI
- ☐ CIPOLLA
- ☑ ERBE AROMATICHE
- ☑ FARINA 00
- ☑ FORMAGGIO GRANA
- ☐ LATTE
- ☑ LEGUMI IN SCATOLA
- ☐ LIEVITO PER DOLCI
- ☐ LIMONE
- ☐ MIELE
- ☑ OLIO EXTRAVERGINE
- ☐ OLIVE
- ☐ PANE O CRACKER
- ☐ PASTA
- ☑ PATATE
- ☑ PEPE
- ☐ PEPERONCINO SECCO
- ☐ POLPA O PASSATA DI POMODORO
- ☐ RISO
- ☑ SALE
- ☐ SENAPE
- ☐ TONNO IN SCATOLA
- ☑ UOVA
- ☐ ZUCCHERO

Ricette CESARE GASPARRI,
Testi LAURA FORTI,
Foto RICCARDO LETTIERI,
Styling BEATRICE PRADA

Tortilla di patate

Impegno Facile
Tempo 30 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

500 g patate – 4 uova
erba cipollina
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Sbucciate le patate e grattugiatele con la grattugia a fori grossi. Raccoglietele in una ciotola e mescolatele con le uova. Aggiungete 2 cucchiai di erba cipollina tagliata a rondelline, sale, pepe.
Scaldate in una padella 2-3 cucchiai di olio. Quando sarà ben caldo, unite il misto di uova e patate, abbassate la fiamma e cuocete per 8-9 minuti, con il coperchio.
Girate la frittata e cuocetela per altri 6-7 minuti. È buona calda e fredda.

Ravioli di cannellini al burro e salvia

Impegno Medio
Tempo 1 ora e 30 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

240 g cannellini lessati sgocciolati
150 g farina
75 g tuorli (circa 4)
burro – aglio – timo
formaggio grattugiato
salvia – sale – pepe

RAVIOLI DI CANNELLINI AL BURRO E SALVIA

PER LA PASTA
Impastate la farina con i tuorli e lavorate il composto fino a ottenere un panetto morbido e omogeneo. Se dovesse risultare troppo consistente, aggiungete un po' di acqua. Lasciatelo riposare coperto per 30 minuti.
PER IL RIPIENO
Sciogliete in una casseruola una piccola noce di burro con uno spicchio di aglio con la buccia, schiacciato.
Sciacquate i cannellini dal loro liquido di governo e rosolateli nel burro per 2 minuti. Aggiungete qualche foglia di timo e spegnete.
Eliminate l'aglio, frullate i cannellini aggiungendo anche 2 cucchiai di formaggio grattugiato, sale, pepe e circa 50 g di acqua.
PER I RAVIOLI
Stendete la pasta in sfoglie molto sottili, lavorando l'impasto poco per volta. Ritagliate nella pasta quadrati di 3 cm di lato, con una rotella dentellata.
Disponete una piccola quantità di ripieno al centro dei quadrati e richiudeteli a triangolo. Procedete così fino a esaurire gli ingredienti. Otterrete circa 72 ravioli.
Scaldate in una padella 40 g di burro; quando comincia a colorire, unite qualche foglia di salvia, spegnete e lasciatela in infusione.
Cuocete i ravioli in acqua bollente salata per 1-2 minuti, scolateli nella padella con il burro fuso e mantecate.
Completate con un altro po' di burro leggermente abbrustolito e pepe.

LA CUCINA ITALIANA

LA SCUOLA

L'OGGETTO MISTERIOSO

UNO PER TUTTI

Per sgocciolare legumi, tonno, olive... da scatolette e vasetti **Tescoma** ha creato un «coperchio» forato adatto a tutti i diametri: si appoggia sull'imboccatura aperta e si capovolge il recipiente per eliminare il liquido trattenendo il resto. 4,40 euro. *tescomaonline.it*

A RITMO DI MARACAS

Drop di Rig-Tig è una sfera di plastica per lavare e scolare verdure in foglia e piccoli frutti: l'acqua si versa nell'impugnatura, direttamente dal rubinetto. Si agita un po' e il gioco è fatto. Ideato dalla designer Viviana Degrandi, è pratico da usare e, ripiegato, occupa poco spazio. 24,99 euro. *rig-tig.com*

NON CONFONDIAMOCI!

Soprattutto se li preparate in bianco, questo mestolo si mimetizzerà con gli spaghetti. Pensato per raccogliere e servire le paste lunghe, è realizzato in nylon da **Pa-design** e resiste al calore fino a 120 °C. 15,30 euro. *pa-design.com*

SALVASPAZIO

Lo scolapasta **RMDLO**, in acciaio inox consente di scolare gli alimenti con perfetta efficienza. Poi le sue fasce snodate si richiudono a ventaglio una sull'altra e si ripone in un cassetto. 30 euro. *rmdlo.com*

A CURA DI **LAURA FORTI**

CORSI NOVITÀ

UN RIENTRO PIENO DI SORPRESE

In settembre riprendete il ritmo mettendo le mani in pasta con i dolci per la prima colazione, il pane, la pasticceria siciliana. Oppure divertitevi con l'arte della miscelazione

MATTINA LIBERA? CUCINATE CON NOI

Le lezioni si tengono dalle 9.30 alle 12.30 e costano 90 euro l'incontro singolo, 160 i corsi da due lezioni e 220 quelli da tre. E per chi si iscrive entro il 10 settembre ci sarà uno sconto del 20%.

Martedì 4 e 11 settembre
DOLCI DA COLAZIONE (2 LEZIONI)

Mercoledì 5 settembre
HAMBURGER

Mercoledì 12 settembre
PASTICCERIA SICILIANA

Giovedì 13 settembre
RISI E RISOTTI

Venerdì 14 e 21 settembre
PANE (2 LEZIONI)

Mercoledì 19 settembre
TORTE DA CREDENZA

Lunedì 24 settembre, 1° e 8 ottobre
LE CARNI (3 LEZIONI)

Mercoledì 26 settembre
STREET FOOD ALL'ITALIANA

Venerdì 28 settembre
COPPIE IN CUCINA

CALENDARIO D'AUTUNNO

OPEN DAY A SCUOLA

Stiamo organizzando una giornata «porte aperte» dedicata a tutti coloro che vogliono conoscere la nostra sede, i nostri cuochi e i piani didattici. Presto on line la data.

MIXOLOGY

Dalla prossima stagione, per la prima volta, potrete imparare con noi anche l'arte della miscelazione: esperti mixologist vi racconteranno la storia dei cocktail più famosi e, naturalmente, le ricette e le tecniche per realizzarli. E a fine lezione, si brinda tutti insieme.

TUTTI GLI APPUNTAMENTI

Trovate sul nostro sito anche il calendario dei corsi autunnali (da ottobre a dicembre). Potete già annotare le date dei vostri preferiti, scegliendo tra i grandi classici e le nuove proposte.

INFO E CONTATTI

LA SCUOLA DE LA CUCINA ITALIANA
è in p.le Cadorna 5, ingresso via San Nicolao 7, 20123 Milano
scuola@lacucinaitaliana.it
tel. 02 49748004
scuola.lacucinaitaliana.it

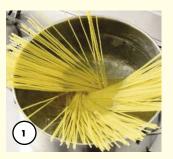
Seguici su:

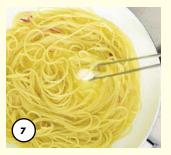
L'ABC

SPAGHETTI AGLIO, OLIO E PEPERONCINO

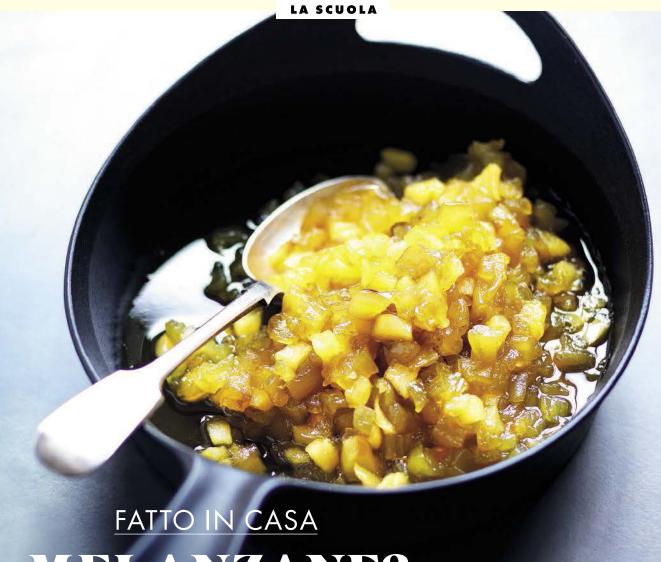
Sì, a mezzanotte. Ma anche a pranzo o a cena, in ogni stagione. Perché questa ricetta super «sintetica» è nel cuore di tutti gli italiani. E basta poco per farne un capolavoro

LA REGOLA 10, 100, 1000

Per la cottura della pasta secca tenete sempre a mente questa proporzione: 10 g di sale per 100 g di pasta in 1000 g di acqua. Se cuocete formati lunghi come gli spaghetti, e non avete la pentola apposita, aumentate la quantità di acqua, regolando il sale di conseguenza. La dose giusta di pasta è di 80 g a persona, ma cuocetene sempre un po' di più, prevedendo il bis.

1-2. Cuocete gli spaghetti in acqua bollente salata, immergendoli con una pinza senza spezzarli. Mescolateli e proseguite la cottura per la metà del tempo riportato sulla confezione.

3-4. Rosolate intanto in padella con un velo di olio 1 spicchio di aglio schiacciato con la buccia e 1 peperoncino fresco tagliato a rondelle, poi unite 1-2 mestoli di acqua di cottura degli spaghetti.

5-6. Scolate la pasta, tenendo l'acqua di cottura, e trasferitela nella padella; unite un altro mestolo di acqua e mescolate.
7-8. Eliminate l'aglio e completate la cottura secondo i tempi riportati sulla confezione. Se gli spaghetti si asciugano troppo, aggiungete un altro poco di acqua di cottura; unite un filo di olio crudo e mantecate: il condimento dovrà avere una consistenza cremosa.

RICETTA **C. GASPARRI**, TESTI **V. VERCELLI**, FOTO **R. LETTIERI**, STYLING **B. PRADA**

FATTO IN CASA

MELANZANE? IN DOLCE

Di solito finiscono in caponate e sulla griglia. Ma possono anche diventare una insolita salsa per formaggi e carni bianche

Confettura

Cuoca Joëlle Néderlants
Impegno Facile
Tempo 50 minuti
Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI

500 g **melanzane**
300 g **zucchero**
1 **arancia**
1 **mela – aceto**

Pelate le melanzane e la mela e tagliatele a dadini.
Raccoglietele in una casseruola con lo zucchero, il succo dell'arancia e qualche scorza.
Aggiungete una cucchiaiata di aceto: per ravvivare il sapore di questa confettura la nota acida è indispensabile.
Cuocete per 30-35 minuti, finché la consistenza non sarà cremosa.

COME CONSERVARLA

Distribuite la confettura ancora bollente in barattoli di vetro pulitissimi e asciutti, riempiendoli fino a un dito sotto il bordo. Chiudeteli subito, capovolgeteli e lasciateli raffreddare: in questo modo si creerà il vuoto all'interno, e non ci sarà bisogno di sterilizzarli. La confettura durerà per circa 2 mesi. Una volta aperta, consumatela in una settimana.

COME GUSTARLA

È buona con lo stracchino, il taleggio e con il pecorino stagionato, il cui sapore piccante sarà ben bilanciato dalla dolcezza della confettura. Provatela anche con il pollo, il vitello e il maiale arrostiti e con il bollito misto.

RICETTA **J. NÉDERLANTS**, FOTO **R. LETTIERI**, STYLING **B. PRADA**

PRINCIPIANTI IN LIBERTÀ

UN SOFFICE «GELATO»

È facilissimo, non serve la gelatiera ed è pronto in poche mosse. E potete scegliere la forma che vi piace di più

LA LISTA DELLA SPESA

1 **mango** fresco oppure 2 pesche noci oppure entrambi, per richiamare il sapore del tè.

Il preparato per **mousse al cioccolato fondente** S.Martino, senza glutine e senza grassi idrogenati, ha un buon sapore di cacao e si scioglie subito anche a freddo. 4 porzioni.

+

Le bustine per **tè freddo** pesca e mango di Sir Winston Tea si usano con acqua fredda. L'aroma di frutta è particolarmente intenso.

LA RICETTA

Impegno Facile
Tempo 20 minuti più 5 ore di riposo e raffreddamento
PER 6-8 PEZZI

1 PREPARARE
Mettete una bustina di tè freddo in 250 g di latte e lasciatelo in infusione per almeno 2 ore. Mescolatelo poi con il contenuto delle buste per la mousse e montate con le fruste elettriche.

2 METTERE IN FORMA
Versate la mousse profumata al mango e pesca in stampi di silicone (noi ne abbiamo usati 8 piccoli; vanno bene anche 6 stampini monodose in alluminio). Mettete in freezer per almeno 3 ore.

3 COMPLETARE
Sformate le mousse congelate subito prima di servirle e decoratele con fette di mango e, se volete, con panna montata e menta fresca. Accompagnate con un bicchiere di tè freddo.

RICETTA J. NÉDERLANTS, TESTI L. FORTI, FOTO R. LETTIERI, STYLING B. PRADA

Indirizzi

I NOSTRI PARTNER

Ringraziamo le aziende che hanno collaborato alla realizzazione dei nostri servizi. Per maggiori informazioni sui prodotti utilizzati nelle fotografie: lacucinaitaliana.it

Asdomar
asdomar.it

Autogrill
autogrill.com

Birra Moretti
birramoretti.it

Birrificio Angelo Poretti
birrificio angeloporetti.it

Bonduelle
bonduelle.it

Carapelli Bio
carapelli.it

Ceramica Artistica Solimene
ceramicasolimene.it

Ceramiche Nicola Fasano
fasanocnf.it

Consorzio Ceramiche Desuir
desuir.it

Esselunga
esselunga.it

Fage
it.fage

Ferrari F.lli Lunelli
ferraritrento.com

Finnair
finnair.com

Fior di Loto
fiordiloto.it/it

Forst forst.it

Fratelli Carli
carli.com

Funky Table
funkytable.it/ft

Giovanni Rana
giovannirana.it

Grey Goose
greygoose.com

Hermès
hermes.com/us/en/home/tableware

Hotel Principe Forte dei Marmi
principeforte deimarmi.com

JSH Hotels & Resorts
jsh-hotels.com

Limoncetta
limoncetta.it

Mepra
mepra.it

Moët & Chandon
moet.com

Molino Rossetto
molinorossetto.com

MSC
msc.com

ÖBB
obb-italia.com

Pa-design
pa-design.com

Parmalat Zymil
parmalat.it/zymil/prodotti

Molino Quaglia
molinoquaglia.org

Qatar Airways
qatarairways.com

Retorta Firenze 1906
retorta.it

Rig-Tig
rig-tig.com

RMDLO
rmdlo.com

Ryanair
ryanair.com/it

S.Martino
cleca.com

Signorvino
signorvino.com

Sir Winston Tea
sirwinstontea.it

Six Senses
sixsenses.com

Star star.it

Superskin
superskin.it

Taste of Roma
tasteofroma.it

Tescoma
tescomaonline.it

Thun
thun.com

Velier
velier.it

Zaini
zainispa.it

Zara Home
zarahome.com/it

Zarotti
zarotti.i

Errata corrige. Nel servizio Notizie di cibo, pubblicato sul numero di luglio a pag. 8, si indica erroneamente che la pentola Panboo è di Guzzini. Panboo, invece, è il risultato della sinergia tra Guzzini, IPAC e TVS. Ci scusiamo con i lettori e con le aziende.

Servizio Abbonamenti Per informazioni, reclami o per qualsiasi necessità, si prega di **telefonare al n.199.133.199***, oppure inviare un **fax al n.199.144.199**. Indirizzo e-mail: **abbonati@condenast.it**.

** il costo della chiamata per i telefoni fissi da tutta Italia è di 11,88 centesimi di euro al minuto + IVA e senza scatto alla risposta. Per le chiamate da cellulare i costi sono legati all'operatore utilizzato.*

Subscription Rates Abroad For subscriptions orders from foreign countries, please visit **www.abbonatiqui.it/abroad**. Subscriptions can be paid by Credit Card (VISA, Mastercard, American Express, Diners), Bank Transfer and Paypal. For further information please contact our Subscription Service: phone +39 02 92961010 - fax +39 02 86882869. Prices are in Euro and are referred to 1- year subscription.

MAGAZINE	ISSUES PER YEAR	EUROPE AND MEDIT. COUNTRIES (ORDINARY MAIL)	AFRICA/AMERICA ASIA/AUSTRALIA (AIR MAIL)
AD	11	€ 80,00	€ 135,00
GQ	10	€ 52,00	€ 82,00
TRAVELLER	4	€ 25,00	€ 35,00
GLAMOUR	11	€ 58,00	€ 74,00
VOGUE ITALIA	12	€ 87,00	€ 157,00
VANITY FAIR	49	€ 175,00	€ 241,00
LA CUCINA ITALIANA	12	€ 88,00	€ 130,00

International distribution: A.I.E. – Agenzia Italiana di Esportazione Srl – Via Manzoni, 12 – 20089 ROZZANO (MI) Italy – Tel. +39 02 5753911 – Fax. +39 02 57512606 – e-mail: info@aie-mag.com

LA CUCINA ITALIANA

Condé Nast International

Chairman and Chief Executive: Jonathan Newhouse
President: Wolfgang Blau

The Condé Nast International Group of Brands includes:

UK
Vogue, House & Garden, Brides, Tatler, The World of Interiors, GQ, Vanity Fair, Condé Nast Traveller, Glamour, Condé Nast Johansens, GQ Style, Love, Wired, Condé Nast College of Fashion & Design, Ars Technica

France
Vogue, Vogue Hommes, AD, Glamour, Vogue Collections, GQ, AD Collector, Vanity Fair, GQ Le Manuel du Style, Glamour Style

Italy
Vogue, Glamour, AD, Condé Nast Traveller, GQ, Vanity Fair, Wired, La Cucina Italiana

Germany
Vogue, GQ, AD, Glamour, GQ Style, Wired

Spain
Vogue, GQ, Vogue Novias, Vogue Niños, Condé Nast Traveler, Vogue Colecciones, Vogue Belleza, Glamour, AD, Vanity Fair

Japan
Vogue, GQ, Vogue Girl, Wired, Vogue Wedding

Taiwan
Vogue, GQ, Interculture

Mexico and Latin America
Vogue Mexico and Latin America, Glamour Mexico, AD Mexico, GQ Mexico and Latin America, Vanity Fair Mexico

India
Vogue, GQ, Condé Nast Traveller, AD

Published under Joint Venture:
Brazil: Vogue, Casa Vogue, GQ, Glamour
Russia: Vogue, GQ, AD, Glamour, GQ Style, Tatler, Glamour Style Book

Published under License or Copyright Cooperation:
Australia: Vogue, Vogue Living, GQ
Bulgaria: Glamour
China: Vogue, AD, Condé Nast Traveler, GQ, GQ Style, Brides, Condé Nast Center of Fashion & Design, Vogue Me
Czech Republic and Slovakia: La Cucina Italiana
Hungary: Glamour
Iceland: Glamour
Korea: Vogue, GQ, Allure, W
Middle East: Vogue, Condé Nast Traveller, AD, Vogue Café at The Dubai Mall
Poland: Glamour
Portugal: Vogue, GQ
Romania: Glamour
Russia: Vogue Café Moscow, Tatler Club Moscow
South Africa: House & Garden, GQ, Glamour, House & Garden Gourmet, GQ Style, Glamour Hair
The Netherlands: Vogue, Glamour, Vogue The Book, Vogue Man, Vogue Living
Thailand: Vogue, GQ, Vogue Lounge Bangkok
Turkey: Vogue, GQ
Ukraine: Vogue, Vogue Café Kiev

Condé Nast USA

President and Chief Executive Officer: Robert A. Sauerberg, Jr.
Artistic Director: Anna Wintour

Vogue, Vanity Fair, Glamour, Brides, Self, GQ, GQ Style, The New Yorker, Condé Nast Traveler, Allure, AD, Bon Appétit, Epicurious, Wired, W, Golf Digest, Golf World, Teen Vogue, Ars Technica, The Scene, Pitchfork, Backchannel

La Cucina Italiana - Direttore Responsabile: Maddalena Fossati Dondero.

Registrazione del Tribunale di Milano n. 2380 del 15.6.1951. La Cucina Italiana S.r.l. è iscritta nel Registro degli Operatori di Comunicazione con il numero 23255.

Poste Italiane S.P.A. - Spedizione in abbonamento postale - Aut. MBPA/LO-NO/062/A.P./2018 - ART. 1 COMMA 1 - LO/MI. Distribuzione per l'Italia: SO.DI.P. «Angelo Patuzzi» S.p.A. via Bettola 18, 20092 Cinisello Balsamo (Mi), tel. 02.660301, fax 02.66030320. Distribuzione Estero Sole Agent for Distribution Abroad A.I.E. - Agenzia Italiana di Esportazione SpA, via Manzoni 12, 20089 Rozzano (Milano), tel. 025753911. fax 02 57512606. www.aie-mag.com. Stampa: Rotolito S.p.a., Stabilimento di Cernusco sul Naviglio - Printed in Italy. Numeri arretrati: Il prezzo di ogni arretrato è di € 12,00 comprensivo di spese di spedizione. Per avere informazioni sulla disponibilità degli arretrati de La Cucina Italiana telefona al 039/5983886, dalle 9.00 alle 12.30 e dalle 14.00 alle 18.00 dal lunedì al venerdì, oppure invia una e-mail a: arretraticondenast@ieoinf.it

Questo periodico è iscritto alla Federazione Italiana Editori Giornali

Accertamenti Diffusione Stampa Certificato n. 8284 del 03-02-2017

L'INDICE DELLO CHEF

Inquadrate il QR code con il vostro smartphone e guardate i video delle ricette.

★ Facile ★★ Medio ★★★ Per esperti V Vegetariana V Senza glutine

● Piatti che si possono realizzare in anticipo, interamente o solo in parte (come suggerito nelle ricette)

(+ 1 h) In rosso, il tempo, non operoso, necessario per lievitazione, marinatura, raffreddamento

LE MISURE a portata di mano

Per facilitare e rendere più svelto il lavoro in cucina, invece di usare la bilancia, dosate ingredienti liquidi e in polvere con tazze e cucchiai

BICCHIERINO DA LIQUORE COLMO
EQUIVALE A:
60 g di ACQUA, VINO, BRODO
65 g di LATTE
55 g di OLIO
50 g di ZUCCHERO SEMOLATO

TAZZINA DA CAFFÈ COLMA
EQUIVALE A:
80 g di ACQUA, VINO, BRODO
70 g di OLIO
70 g di ZUCCHERO SEMOLATO
50 g di FARINA
40 g di GRANA GRATTUGIATO

CUCCHIAINO DA TÈ RASO
EQUIVALE A:
4 g di ACQUA, VINO, BRODO
3 g di OLIO
5 g di SALE GROSSO
4 g di SALE FINO
3 g di ZUCCHERO SEMOLATO
2 g di FARINA
2 g di GRANA GRATTUGIATO

BICCHIERE DA ACQUA COLMO
EQUIVALE A:
200 g di ACQUA, VINO, BRODO
220 g di LATTE
170 g di ZUCCHERO SEMOLATO
130 g di FARINA
160 g di RISO

TAZZA DA TÈ COLMA
EQUIVALE A:
240 g di ACQUA, VINO, BRODO
250 g di LATTE
210 g di ZUCCHERO SEMOLATO
160 g di FARINA
200 g di RISO

CUCCHIAIO DA MINESTRA RASO
EQUIVALE A:
12 g di ACQUA, VINO, BRODO, LATTE
10 g di OLIO
16 g di SALE GROSSO
14 g di SALE FINO
10 g di ZUCCHERO SEMOLATO
8 g di FARINA
6 g di GRANA GRATTUGIATO

MESTOLO RASO
EQUIVALE A:
120 g di ACQUA, VINO, BRODO
125 g di LATTE

PIZZICO
EQUIVALE A:
5 g di SALE GROSSO
4 g di SALE FINO
3 g di ZUCCHERO SEMOLATO

PUGNETTO
EQUIVALE A:
30 g di RISO
32 g di ZUCCHERO SEMOLATO
24 g di FARINA

menu

Cinque proposte da copiare con le nostre ricette di agosto

TAVOLA VEGETARIANA

Senza alcuna rinuncia. Anzi!

Pasta alla Norma
pag. 42
Tuorlo marinato, frittata bianca e zucchine al sesamo
pag. 53
Crostata di bosco
pag. 60

Acciughe marinate pag. 76
Conchiglie in zuppetta di anguria
pag. 38
Persico tonnato e peperoni pag. 50
Pesche al bitter con gelato fiordilatte pag. 85

TUTTO PESCE

Di mare e di fiume

FACILE E LEGGERO

Pausa di gusto tra un tuffo e l'altro

Spaghetti con bottarga e limone salato
pag. 99
Ratatouille
pag. 47
Granita al cioccolato, cedro ghiacciato e foglie croccanti
pag. 59

Crema di avocado e cetrioli alla menta
pag. 41
Arrosto freddo e tripla melanzana
pag. 57
Fetta al limone
pag. 100

BUFFET FREDDO

Da preparare in anticipo per una festa con gli amici

RUSTICO D'ESTATE

La tradizione ma con note nuove e fresche

Testaroli al pesto per tutti
pag. 44
Pollo alle erbe
pag. 54
Ricottina al limone
pag. 97